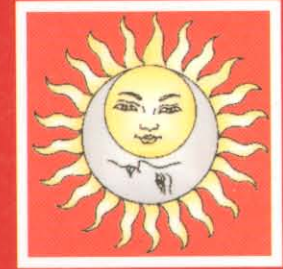
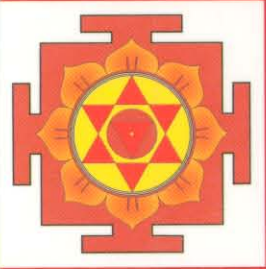


Tantra

El arte del amor consciente



Ramiro Calle

E.L.A.

Ediciones Librería Argentina

1880-1881

1881-1882

1882-1883

1883-1884

1884-1885

1885-1886

1886-1887

1887-1888

1888-1889

1889-1890

© *Ramiro Calle*

© ***Ediciones Librería Argentina***

Andrés Mellado, 46. 28015 Madrid. España

Tel: 915434781

www.libreriaargentina.com

libreria@libreriaargentina.com

Depósito Legal: M-17723-2005

ISBN N° 84 - 89836-73-6

Impreso en España

Ramiro Calle

Tantra

El arte del amor consciente



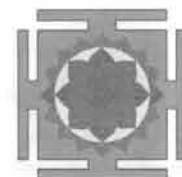
Ediciones Librería Argentina

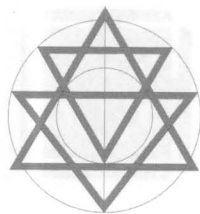
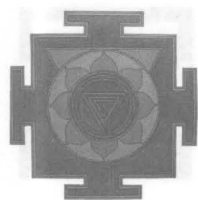
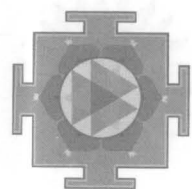
Andrés Mellado, 46

Tel 91 5434781

28015 Madrid

www.libreriaargentina.com





Indice

<i>Introducción</i>	9
Capítulo I	
<i>La fisiología sutil</i>	15
Capítulo II	
<i>En la senda del Tantra</i>	35
Capítulo III	
<i>En busca del ser</i>	57
Capítulo IV	
<i>Shakti, el poder de la energía</i>	69
<i>El culto a la diosa</i>	81
Capítulo V	
<i>La transformación interior y la consciencia iluminada</i>	85
Capítulo VI	
<i>El ejercitamiento interior</i>	91
<i>La vía de los mantras</i>	92
<i>Ejercicios con el mantra "Aum"</i>	95
<i>El mantra "Ham sa"</i>	98
<i>"Om namah shivaia"</i>	98
<i>Otros mantras</i>	99
<i>La vía del Kundalini yoga</i>	100
<i>La vía de la sexualidad sagrada o la erótica mística</i>	102
<i>La Shakti en la mujer</i>	105
<i>La mujer, la gran protagonista</i>	107
Capítulo VII	
<i>El universo de la pasión</i>	
<i>Las dos caras de la pasión</i>	121
Capítulo VIII	
<i>El amor mágico, iniciático y sublime</i>	153
<i>La sexualidad sagrada</i>	163
<i>El abrazo místico-sexual</i>	171
<i>El amor consciente</i>	179
<i>Amor</i>	185
<i>Compasión</i>	185





Alegría compartida

186

Ecuanimidad

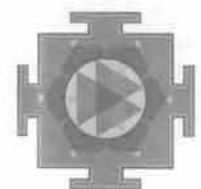
186

Desarrollando los estados sublimes

188

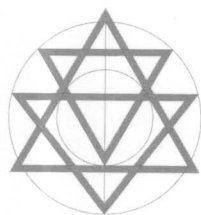
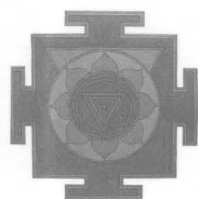
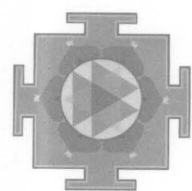
Conclusión

189





*Para mi amigo Basilio Tucci,
con gran cariño, en busca del absoluto*



Illegible text, possibly a title or description, located below the diagrams.

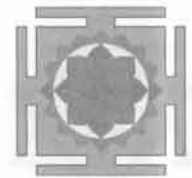
Introducción

Todo se vive, se experimenta y se elabora en el escenario de la mente. Desde muy antaño, los sabios de la India han insistido en la necesidad de cuidar la mente, ordenarla, limpiarla, aprender a canalizarla y a potenciarla. En la mente hay una función preciosa que es la consciencia y que, altamente entrenada, desemboca en la supraconsciencia o mente supramundana, que reporta el conocimiento intuitivo o yóguico.

Este conocimiento muy especial, y que por ello es supramundano, va poniendo fin a la ofuscación, la codicia desmedida y el odio en la mente y va haciendo posibles los estados de paz e integración. Pero además este tipo de conocimiento hiper-consciente desencadena la visión clara o lucidez reveladora, moviliza energías constructivas y activa un sentimiento de unidad, plenitud y visión cósmica.

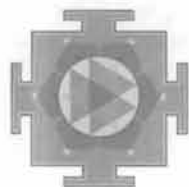
En la medida en que la consciencia se intensifica y unifica, superando el umbral ordinario de atención, facilita asimismo “golpes de luz” o estados cumbres de consciencia, que conectan con una realidad transformadora, que escapa a la mente ordinaria. Desde tiempos inmemoriales ha habido seres humanos que han aspirado a ese conocimiento supramundano y a esos destellos reveladores de consciencia y que para ganarlos han ensayado métodos y técnicas para amplificar la consciencia y liberarla de los condicionamientos del subconsciente que la mantienen lastrada.

Cuando la consciencia se va liberando de los frenos de los condicionamientos del subconsciente y se va despejando de impurezas y contaminaciones, relumbra de tal modo que la persona se vuelve espiritualmente mucho más sensitiva. Así como de la ofuscación deriva ofuscación, de la lucidez brota lucidez, y esta no sólo es de eficacia para el viaje hacia uno mismo y hacia realidades supramundanas, sino también para confrontar las situaciones y circunstancias de la vida ordinaria.





El yogui aprende así a drenar el subconsciente, por un lado y a potenciar y canalizar su consciencia, por otro. La consciencia desprovista de objetos, es decir, clara e intensa, tiene una gran capacidad penetradora y reporta verdadero conocimiento y un profundo sentimiento de integración.



Aunque el pensamiento es una función importante e imprescindible de la mente, hay otros tipos de funciones mentales que están más allá o aparte del pensamiento. Del mismo modo que es necesario aprender a pensar y a utilizar el pensamiento conscientemente y a no dejarnos utilizar por el mismo, es más que necesario aprender a dejar de pensar y a servirse de la atención mental pura, que es la que nos conecta, desde su renovada frescura, con el aquí y ahora.

Un adagio yogui declara:

“Cuando es necesario pensar; se piensa; pero cuando no lo es, lo esencial es mantenerse plenamente perceptivo.”



En la mente hay “áreas” de silencio reconfortante y reintegrador. A ese tipo de mente, que es distinto a la mente pensante, los yoguis lo denominan no-mente (unmaní) y muchos de sus métodos, incluidos los del Tantra y por supuesto, la relación amorosa tántrica, son precisamente, para poder acceder a esas zonas silentes de la mente, cuya energía y conocimiento son de orden distinto a los denominados racionales, y que representan la antesala de lo más genuino que reside en uno mismo.



En la no-mente florece otro tipo de experiencia, que se caracteriza porque reporta una vivencia muy honda de calma y unidad. Cuando la persona se ha dejado de identificar con sus corrientes pensantes y logra establecerse en el origen del pensamiento sobreviene una emocionante experiencia de plenitud e integración.



Es la vuelta a la naturaleza real que está en uno mismo, más allá del ego y del pensamiento. Se logran así destellos de plenitud o sentimientos oceánicos que van mutando la psique de la persona. Esos destellos de consciencia acrecentada funden negatividades en el subconsciente y proporcionan otro sentido más rico, o al menos muy distinto, a la existencia.

Pero además se trata en verdad de ir transformando la mente y capacitándola para que engendre dicha y no sea fuente de malestar.

Los métodos de auto-transformación de la India son como una alquimia interior para poder “fabricar” el oro de la sabiduría y así poder experimentar sosiego, contento interior y lucidez. En este sentido, todos los métodos del Tantra, incluida la tantrizada relación sexual, pretenden la potenciación de las energías para ponerlas al servicio de la mutación psicológica.

Se trata de sobrepasar la condición ordinaria de la mente y concienciar incluso la automática y ciega biología. Es un proceso intencionado de desautomatización y también de instrumentalización del deseo para poder reorientar la mente en lugar de permitir que, como es habitual, se atolondre por los efectos narcotizantes de la pasión.

Los métodos son como “cargas de dinamita” para conseguir una ruptura en el ordinario nivel de la consciencia y así poder desencadenar un tipo de visión y de percepción mucho mas intensas, claras, inafectadas y penetrativas.

El tántrico aprende a conquistar su mente y a concienciar, de forma muy atenta pero desapegada, los mecanismos de su biología o incluso a modificarlos hasta donde sea posible o necesario. Esta desautomatización de las reactividades mentales habituales, e incluso de las comunes reacciones biológicas, exige un severo entrenamiento basado de manera primordial en la atención y la ecuanimidad. Se instrumentalizan incluso la pasión, el disfrute y el deseo para “robarles” sus fuerzas y utilizarlas como catapulta hacia planos más altos, no condicionados y libres de la mente.

Pero la instrumentalización del disfrute (bhoga) para que resulte integradora, debe ir acompañada siempre de la consciencia lúcida (yoga). El bhoga o disfrute, sin yoga, encadena, apega y puede limitar la consciencia en lugar de expandirla.

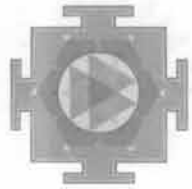
Una de las más antiguas definiciones de yoga reza: “Es el acopio y reunificación de todas las energías y su sabia reorientación.” Las técnicas del yoga pretenden un desarrollo





integral, nunca parcial, del individuo, en el que se insumen el cuerpo, la mente y las energías.

A la energía vital o hálito de vida los yoguis lo denominan "Prana" y a la energía primordial y omniabarcante, creadora de todos los fenómenos, incluso de los psicomentales, la denominan "Shakti".



El tántrico se afana por armonizar perfectamente el Prana y por conquistar la Shakti, como veremos a lo largo de esta obra. Las técnicas tántricas, sin que sean una excepción las que se sirven de la sexualidad consciente operan sobre la biología, las energías sutiles y la mente. Las energías sutiles conforman una especial fisiología sutil, que se caracteriza por sus centros de energía o chakras.



El tántrico aprende a potenciar y purificar todas sus energías a la luz de la consciencia y las utiliza como elixir para hacer posible la alquimia interior que conduce a la transformación liberadora. Apoyado en sus técnicas, emprende una acción biopsíquica muy profunda, desautomatizando los mecanismos biológicos y psicológicos que someten a la persona común y que incluso embotan su consciencia y mecanizan su atención.



En el Tantra se nos dice que *"el suelo que nos hace caer es el mismo en que tenemos que apoyarnos para levantarnos"* o que *"la misma espada que te quita la vida, te la puede salvar"* o que *"lo que a unos debilita y esclaviza, a otros fortalece y libera"*.

Pero el Tantra nos incita a cabalgar sobre el tigre del deseo y si este nos descabalga y arroja, en el acto nos engulle. El jinete debe ser muy hábil para no ser descabalgado por el tigre del deseo.



Se ha comentado que el Tantra sigue la senda sin senda, porque su senda es indefinida y la va definiendo el practicante en su sinuoso caminar. Pero el camino exige impecabilidad de conducta, atención clara, desapego, inquebrantable ecuanimidad y una firme motivación para ganar la libertad interior.

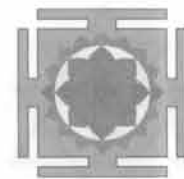
A lo largo de esta obra abordaremos los siguientes aspectos tántricos: la energía Kundalini y el sistema de cha-

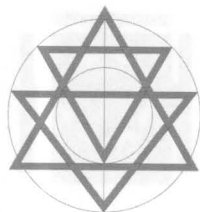
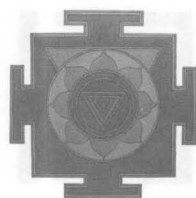
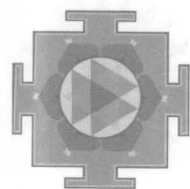
kras; la filosofía liberatoria del Tantra; los métodos tántricos, incluido el maithuna o relación sexual tántrica y todo lo relativo a la erótica mística, la pasión, el encuentro amoroso tántrico y el ejercitamiento en el amor consciente y no egoísta.

Recogemos así un cúmulo muy importante y solvente de actitudes, prescripciones, métodos y técnicas para favorecer la evolución de la consciencia, acelerar el encuentro con la Mente Universal y hacer posible la liberación de la mente individual que, paulatinamente, se irá descubriendo y reconociendo como inmersa en la Mente Única.

Ramiro A. Calle
(Director del Centro de Yoga "Shadak")

Para comunicarse con el autor:
Centro de Yoga "Shadak"
C/ Ayala, 10 Madrid
Tel.: 91 435 23 28
www.ramirocalle.com





Capítulo I

La fisiología sutil

Shakti es el poder cinético y creativo, y también la energía cósmica omniabarcante. Esta energía transpersonal se individualiza en el ser humano como; Prana o fuerza vital y Kundalini o simiente de iluminación.

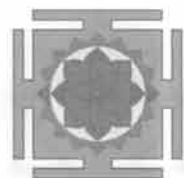
Prana es el hálito de vida o fuerza vital que anima a todo ser viviente y, por supuesto, al ser humano. Es la energía de vida que toma el cuerpo al nacer y se retira del mismo cuando se produce la muerte. Esta fuerza vital está en las células, en la sangre, en todos los elementos fisiológicos, pero también es la que hace posibles todas las funciones emocionales y mentales, o sea que también hace posibles todas las actividades psíquicas.

El funcionamiento del cuerpo-mente se produce gracias al Prana o la fuerza vital que por el día circula por venas y arterias, y por la noche, mientras dormimos, reposa en el pericardio. Esta energía conforma el funcionamiento mental, las palabras y los actos, y hasta funciones aparentemente menores, como el bostezo, se deben a la fuerza vital que es el Prana, más infinitesimal que los átomos. Para los sabios hindúes el Prana es el que hace posible la existencia de las unidades subatómicas.

El yoga tántrico es el sabio control y la correcta manipulación de todas las energías, reorientándolas hacia la liberación espiritual. El yogui se torna un habilísimo ingeniero de todas sus energías.

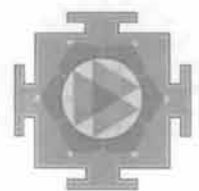
De hecho, todos disponemos de caudales inexplorados de energía, y si a veces sentimos que la energía está mermada es porque se está cortocircuitando o bloqueando, ya sea física o mentalmente.

Si aprendemos a estar más relajados, distendidos, abiertos y expansivos, la energía fluirá libre e inagotablemente como si fuéramos un bambú sin nudos. Muchas de las técnicas del yoga y métodos concretamente del tantrismo son para acopiar, estimular canalizar y reorientar acertadamente las energías.





Todos los seres humanos, por falta de actitudes correctas y sabios conocimientos prácticos, estamos malgastando y bloqueando nuestras más preciosas energías. El yogui trata de potenciar sus caudales de energía y en el Tantra-yoga la energía se intensifica mediante el sacramento sexual, la recitación de mantras sagrados, la visualización de diagramas místicos o esotéricos, la liturgia consciente y otros procedimientos tántricos.



La relación sexual sacramentalizada y, por tanto, tantrizada, tiene por objeto movilizar, unificar y potenciar las energías reconduciéndolas hacia lo alto. La misma relación que, en apariencia, a unos turba y desgasta, al trántrico le reporta energías extras desde el momento que la hace supra-sexual y la sacramentaliza, además de ayudarle a romper el nivel ordinario de consciencia y a recuperar una consciencia diferente de la común.



Todos los yogas tántricos o tantrizados trabajan sobre la energía, su canalización y su potenciación. Señalaremos entre ellos el Hatha-yoga, el Kundalini-yoga, el Mantra-yoga y el Tantra-yoga, entre otros.

Aunque las prácticas y los métodos salvíficos utilizados pueden ser diferentes, la finalidad es la misma. Se trata de acopiar tanta energía que pueda ser utilizada sagazmente para implosionar la consciencia y acceder a otro tipo de conocimiento más revelador y trascendente.



Prana y mente se corresponden. Los yoguis dicen que controlando el Prana se domina la mente, y controlando la mente se domina el Prana. La mente sería el jinete y el Prana el caballo, pero de hecho la mente existe también gracias a la movilidad de Prana. Los yoguis descubrieron que siempre que se mantiene la consciencia plena o atención consciente hay una intensificación de la energía o Prana. Por eso tratan de conducir la mente atenta a todo aquello que se piensa, se dice o se hace, incluyendo la relación sexual, que también debe resultar hiperconsciente.



Para los yoguis, todo lo que se haga bajo el escrutinio de la atención es como una poderosa dinamo que propulsa la energía.

La consciencia conduce a mayor consciencia y se trata de que la consciencia sea más consciente. Los yoguis nos indican, por ejemplo, que el alimento es más nutritivo si comemos conscientemente, que la respiración es más saludable si respiramos conscientemente, y que si llevamos a cabo la relación sexual conscientemente, esta redobla la energía en lugar de mermarla.

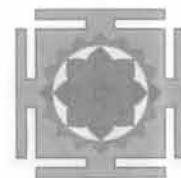
Todos los métodos yóguicos, incluso la meditación, colaboran en el libre fluir del Prana. Cuando el Prana fluye libremente hay salud, pero cuando se bloquea o cortocircuita sobreviene el malestar. Las prácticas del yoga físico favorecen la armonización de Prana pero, como Prana también es el que anima las funciones mentales, las técnicas de meditación y yoga mental permiten intensificar y dominar el Prana.

En el yoga físico hay métodos específicos, además de las posturas o asanas, para el control del Prana y subsiguientemente el control del cuerpo, la mente y el vínculo energético entre ambos. Las técnicas de control neuromuscular, denominadas "llaves", tienden a propulsar el Prana por diferentes áreas del cuerpo, a potenciarlo y ponerlo al servicio de la búsqueda interior.

Como el Prana rige numerosas funciones fisiológicas, incluso las puramente sexuales, el yogui aprende a dominar esas funciones y a potenciar el Prana. El cuerpo se vuelve como un mapa energético sobre el que opera el yogui.

También hay técnicas de higienización para que el Prana fluya mejor por el cuerpo; técnicas que consisten en limpiar el colon, el recto, las fosas nasales, la laringe y otras. Pero los yoguis aprenden de manera especial a controlar el Prana y a potenciarlo a través del Pranayama o métodos de control respiratorio. El mismo término Pranayama ya quiere decir control del Prana.

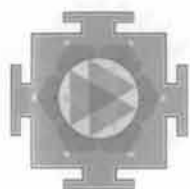
Existen técnicas muy sofisticadas para la acumulación de Prana o la sobresaturación de energía. A veces las técnicas yóguicas de respiración se combinan con visualizaciones, como veremos en el apartado correspondiente. Pero, en cual-





quier caso, el elemento indispensable es la atención consciente. El aire no sólo contiene oxígeno y otros gases, sino también energía pránica.

Son numerosas las fuentes de Prana que tenemos a nuestra disposición, algunas inevitables para poder vivir. Tales son: la alimentación, la respiración, el sueño, el descanso y las impresiones mentales.



Para potenciar su Prana, el yogui aprende a alimentarse con alimentos puros y nutritivos, a respirar adecuadamente, a dormir reparadoramente, a descansar oportunamente, incluyendo el descanso mediante la relajación consciente y a cultivar impresiones mentales positivas. Igual que debe proporcionársele al cuerpo un buen alimento, deben procurarse a la mente impresiones saludables.



También son fuentes poderosas de Prana las siguientes: la práctica de los métodos de yoga físico, la meditación y las técnicas que enseñan a pacificar la mente y las emociones, el contacto consciente con la naturaleza, el cultivo de la amistad, el ejercitamiento en el amor consciente, una actividad artística y cualquier acción efectuada conscientemente.

La consciencia es el órgano del darnos cuenta. Hace posible la conexión con la realidad momentánea, la percepción y la auto-percepción. La consciencia atenta y pura es una poderosísima fuente de energía.



Para los tántricos es también una rica fuente de energía la relación sexual-amorosa consciente.

Por el contrario, constituyen una fuga de energía: El parloteo mental, la fragmentación psicológica, el conflicto y la fricción, generadores de desgarramiento, el no atender adecuadamente a las cinco fuentes de energía, los estados emocionales tóxicos: celos, envidia, odio, codicia y tantos otros, las frustraciones sin superar, los traumas e inhibiciones, los autoengaños y autodefensas narcisistas y el ego sobredimensionado.

Mediante el control respiratorio, a través de las técnicas respiratorias del yoga físico "Hatha-yoga", el yogui va aprendiendo a:



Aprovechar mejor las energías, acopiarlas e incrementarlas.

Silenciar la mente y poder acceder a la no-mente.

Purificar los canales energéticos o nadis.

Potenciar la energía en los centros de energía o chakras.

Conquistar la energía espiritual o Kundalini en los chakras más bajos o vitales e instintivos.

Para todo ello el yogui fragmenta la respiración consciente en tres tiempos:

Inhalación.

Retención.

Exhalación.

La exhalación se hace en el doble de tiempo que la inhalación y esta ralentización intencionada ayuda a vaciar la mente y a conectarse con lo más profundo y silente de uno mismo.

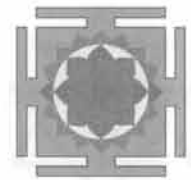
Pero básicamente la respiración, como práctica, debe ser consciente.

También hay yoguis que asocian la inhalación con la toma de energía, la retención con el aprovechamiento de energía y la exhalación con la expulsión de energías sobrantes o negativas.

No hay que pasar por alto, aunque se hace a menudo, que la misma palabra para el yoga psicofisiológico es Hatha-yoga, que quiere decir el “yoga de la armonización de las energías masculinas, positivas y femeninas, negativas” y que ha sido denominado también, por lo vigoroso que resulta en este sentido, “el yoga de la potencia o yoga de la violencia”.

En la relación sexual trántica juega un papel considerable la ralentización y concienciación de la respiración, que permite estar más alerta a la situación y el control estrecho sobre la cópula, para poder irla prolongando sin que sobrevenga mecánicamente el orgasmo.

Todas las técnicas de los diferentes yogas son métodos muy fiables y experimentados de desautomatización. La automatización consume energías innecesariamente, en tanto que la consciencia lúcida, que es desautomatización, las potencia.





El tántrico evita la mecanicidad en la mente, previniendo el parloteo mental, en la palabras y en los actos.

La cópula debe desautomatizarse y bien al contrario, conscienciarse tanto como sea posible. Nada hay tan ciego y automático como la biología, y más operando cuando trata de reproducirse. El tántrico la controla, la llega a conquistar y la instrumentaliza para su crecimiento superior. No busca el hilo de la carne en la cópula mística, sino el hijo del espíritu o sabiduría.

Las técnicas del yoga son en su mayoría técnicas de contramecanicidad. Esto también se aprecia en la relación sexual tántrica, donde el yogui aprende a controlar la mente, la respiración y el semen. La biología se torna suprabioología y los automatismos psicofísicos se desautomatizan a la luz de la consciencia, el desapego y la correcta motivación. Pero la senda del tántrico es difícil, porque se sirve del veneno para transformarlo y hallar el néctar del crecimiento interno. El veneno es el apego y el tántrico debe aprender a apasionarse desapasionadamente o comerse el cebo sin tragar-se el anzuelo.

La conquista de Kundalini

Shakti es la energía cósmica o poder dinámico que al individualizarse en el ser humano es denominada Kundalini y que es la simiente de iluminación.

Mediante las actitudes correctas, la conducta impecable, el entrenamiento psicamental, la genuina ética y en suma, la mutación interior se va potenciando y desplegando Kundalini, lo que reporta conocimiento supramundano o sabiduría, además de sosiego, contento y plenitud.

Kundalini es ultrasutil y representa el potencial místico o espiritual del individuo. Así como en toda persona opera más o menos armónicamente el Prana, Kundalini solo se manifiesta y se actualiza en aquellos que se empeñan en la evolución espiritual y el acrecentamiento de la consciencia.

Kundalini es la Shakti misma individualizada, el toque



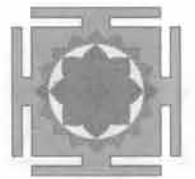
de la diosa en el ser humano. Permanece como una serpiente aletargada y mediante las prácticas yóguicas, debe ser actualizada y desplegada. Su actualización representa una transformación muy profunda, y su energía purificadora se va desparramando y va derritiendo las negatividades psicológicas.

El cuerpo físico se ve correspondido por el cuerpo energético o sutil. Ambos cuerpos son como un mapa espiritual a través del cual se puede emprender el viaje de lo temporal a lo transtemporal, de lo individual a lo incondicionado. El cuerpo sutil interpenetra al cuerpo físico y hay una correspondencia entre los centros energéticos o chakras y los plexos nerviosos. Además, como el cuerpo físico está conectado por los nervios, en el cuerpo sutil hay una red impresionante de nadis o canales energéticos que algunos textos cifran en nada menos que setenta y dos mil, pero que otros apuntan a cifras más elevadas.

Chakra quiere decir rueda o círculo. Nad, nadi, es movimiento. Los chakras son vórtices de energía que conectan la energía individual con la cósmica. Son sedes de consciencia y sabiduría, estancias de conocimiento y poder. Cada chakra es un foco de consciencia a la vez individual y cósmica. Cada chakra polariza de una forma la energía y cada uno de estos centros dispone de su particular modo de conocimiento y percepción.

El plexo nervioso que corresponde al chakra es la vibración más burda de dicho centro. Para el Kundalini-yoga, muy asociado al Tantra-yoga, el ser humano es un universo en miniatura o microuniverso, y es el receptáculo de la Shakti o energía cósmica. La Shakti habita en el ser humano como Prana y como Kundalini.

En todos los seres humanos Prana está operando, pues de otro modo sobrevendría la muerte, pero Kundalini es estática hasta que no se la actualiza. El aspirante espiritual tiene que poner los medios yóguicos para estimular la energía Kundalini y que ésta pueda ir desplegándose e iluminando los distintos chakras o centros de energía, también obturados y aletargados hasta que no son perforados por Kundalini.





En la medida en que Kundalini se despliega va reportando valiosos vislumbres espirituales, destellos de consciencia, conocimientos místicos y auto-conocimiento. Al actualizar Kundalini se hace posible el auto-desarrollo y empieza uno a servirse de la clarividente energía de iluminación. Así, como Prana hace posible todos los procesos psicofísicos, Kundalini es la energía potencial de iluminación o sabiduría, pero que está desactualizada hasta que la persona emprende verdaderamente el trabajo interior. Cabe, pues, decir que muchas personas consumen su vida sin haber actualizado Kundalini, como si una semilla no es cultivada, regada y abonada de manera adecuada y termina por secarse.



Pero Kundalini, actualizada, es como una lámpara que nos ilumina en la senda de la evolución de la consciencia. Todos los métodos de los yogas tantrizados o de energía, tienden a actualizar esta poderosa energía. De hecho, el Tantra es un método liberador en el que cuenta considerablemente el trabajo sobre la energía. La relación sexual sacramentalizada, por ejemplo, tiene por objeto desencadenar un campo de energía poderosísimo entre los amantes para catapultar la mente hacia la supraconsciencia o, por lo menos, detener el flujo mental y poder así captar "aquello" que mora más allá del pensamiento y del ego.



Si la persona no tiene ninguna inquietud espiritual y no emprende una senda de auto-desarrollo, su Kundalini permanece aletargada, del mismo modo que está en la oscuridad una estancia hasta que no es iluminada. La luz de Kundalini va iluminando esas estancias de energía-consciencia-conocimiento que son los chakras y ello va desencadenando las potencialidades místicas del ser humano.



La presencia de Kundalini reanima el chakra. Esta energía liberadora que es Kundalini, actualizada y desplegada, va perforando los distintos chakras y al ser estos iluminados, reportan su grado de consciencia-sabiduría. Asimismo, cada chakra concede un tipo de conocimiento místico y estimula el proceso de auto-realización. Hasta que Kundalini abre el chakra, este es como una flor cerrada y sin aroma, pero que se

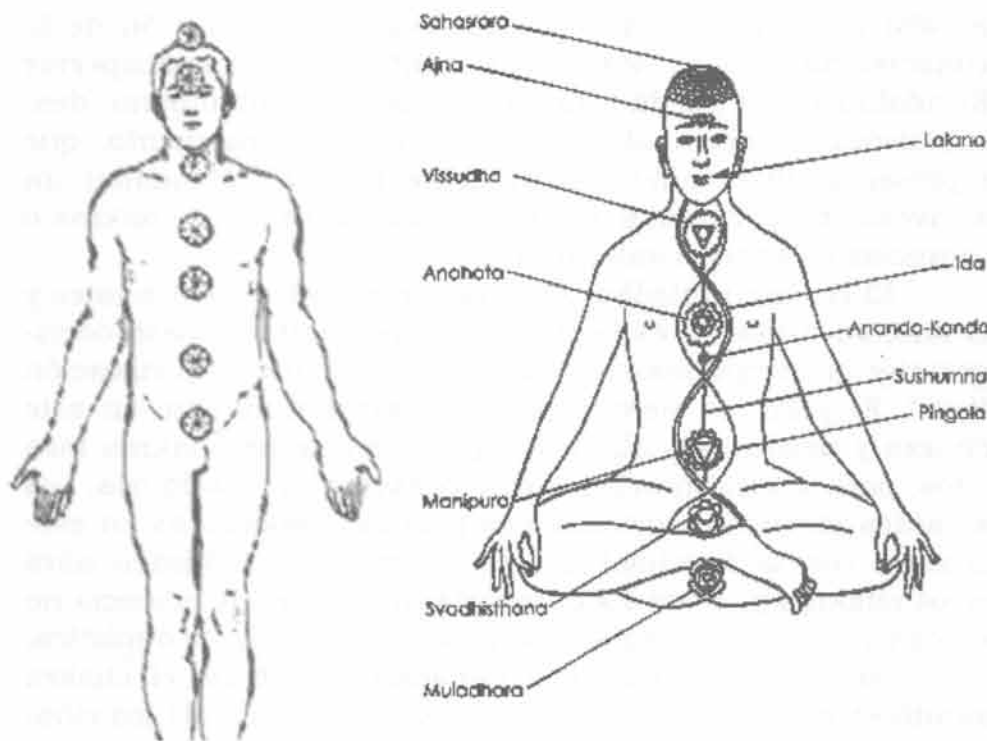


expande y se torna místicamente oloroso en el momento en que la energía Kundalini lo perfora.

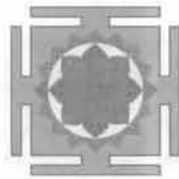
Kundalini es, pues, la energía liberadora que va iluminando los distintos chakras, desde los más instintivos a los más místicos. Los chakras más instintivos, chakras inferiores, son la manifestación de la consciencia, en tanto que los chakras más místicos lo son de la supraconsciencia.

El yogui emprende el viaje del vital burdo al cuerpo ultrasutil, de lo más telúrico, los chakras inferiores, a lo más transpersonal, los chakras superiores.

En el cuerpo sutil existen innumerables chakras o vértices de energía, que son como ventanas abiertas al poder cósmico y que conectan el microuniverso que es el hombre, con el macrouniverso. Pero son siete los fundamentales y los que se toman como "puntos de referencia" en el mapa espiritual que es el cuerpo, para viajar de lo temporal a lo intemporal.

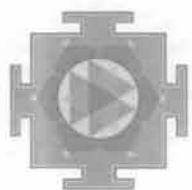


Los chakras en el cuerpo humano





Estos siete centros de energía cósmica están situados a lo largo del canal energético central, el nadi por el que debe irse desplegando y ascendiendo Kundalini. Este nadi es denominado sushumna y se desliza en correspondencia con la columna vertebral. Los siete chakras están ubicados sucesivamente a lo largo de la espina dorsal, desde su base hasta la cima de la cabeza.



Cada chakra dispone de un poder o potencialidad, Shakti, así como de su particular tipo de percepción-sabiduría y un modo de vibración o mantra. Como el chakra es también la contraparte sutil de un plexo nervioso correspondiente, rige o controla determinadas funciones orgánicas.



Kundalini aletargada, descansa en la base de la espina dorsal, en el chakra-raíz o chakra-soporte, que es el más bajo. Este es el chakra más telúrico y se llama muladhara. En este chakra, pues, está la energía cósmica espiritual individualizada en el ser humano. Es el ser humano el que tiene que llevar a cabo un riguroso trabajo espiritual y de evolución de la consciencia, según los yogas tántricos, para despertar Kundalini y que pueda esta, en su viaje a lo intemporal, desencadenar la visión liberadora. En su desplazamiento, que representa un camino generalmente gradual, Kundalini irá atravesando, perforando e iluminando los distintos chakras o estancias de energía-sabiduría.



El chakra muladhara se encuentra entre los genitales y el ano; su elemento es la tierra y corresponde al plexo cocciógeo; rige la energía sexual y su mantra-simiente es la vibración "lam". El yogui se ejercita para despertar Kundalini en este chakra y desde aquí ir la desplegando hacia los chakras más altos, para ir así adquiriendo más consciencia y sabiduría. Los amantes tántricos movilizan energías muy poderosas en este chakra, con la finalidad de que la energía movilizada abra otros chakras y, sobre todo, reporte un tipo de consciencia no egocéntrica y que permita acceder a la mente silente o mística.



Por encima del chakra muladhara se halla el chakra swadhistana, en la raíz de los genitales, que controla los riñones y el abdomen. Corresponde al plexo sacro, su elemento es

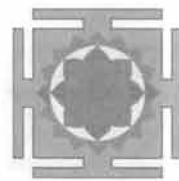
el agua y su mantra-simiente es “vam”. Así como el que aprende a dominar el chakra muladhara controla la energía sexual, el que controla este chakra puede a su vez controlar las pasiones o transformarlas.

A la altura del ombligo y en correspondencia con el plexo solar se encuentra el chakra conocido como manipura, cuyo elemento es el fuego y que rige el estómago, el hígado y el páncreas. Su mantra-simiente es “ram” y es la sede de la fuerza vital; quien domina este chakra obtiene vitalidad y salud.

En correspondencia con el corazón y por tanto, con el plexo cardiaco, se encuentra el chakra anahata. Este chakra es muy importante y forma parte ya de los chakras más sutiles y místicos. Su elemento es el aire y su simiente-mantra es “yam” y rige la zona cordial. Es la sede del Prana o fuerza vital y en él tiene lugar el sonido del ser en el que se concentran los yoguis para purificar la mente. Cuando Kundalini perfora y actualiza este chakra la persona experimenta mucha benevolencia y una compasión espontánea y expansiva. Desde este chakra comienza la más alta aventura de la consciencia y la conquista progresiva de la sabiduría liberadora.

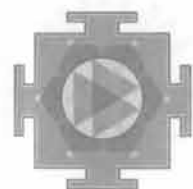
A la altura de la garganta y en correspondencia con el plexo laríngeo se encuentra el chakra vishuddha, cuyo elemento es el éter y su simiente-mantra es “ham”. En este chakra se celebra el maridaje o la unión de la energía masculina y femenina. Aquí se celebra el androginato espiritual o fusión del elemento masculino y el femenino. Este chakra rige la respiración y provoca el mantra natural de la misma, que es “Ham Sa”, con el que muchos yoguis trabajan en meditación. Es conocido como el umbral o portón de la iluminación, y cuando Kundalini lo ilumina la persona consigue una visión más libre, panorámica e incondicionada y por tanto, eficazmente transformadora.

En el entrecejo, en correspondencia con el plexo cavernoso, se encuentra el chakra ajna, que rige las funciones mentales y cuya simiente mantra es “hum”. El que conquista este chakra obtiene visión liberadora y quema los condicionamientos del subconsciente, accediendo a la mente pura y revelado-





ra, y puede percibir los fenómenos tal cual son en su modo final de ser. En este chakra se revela el alma individual y el yogui adquiere el conocimiento intuitivo. El yogui evolucionado logra acopiar aquí la energía cuando va a morir y proyectarla a través de la cima de la cabeza, conduciéndola hacia la mente cósmica. En este chakra tiene lugar la experiencia de la unidad y puede el yogui fundirse con la mística luz blanca, lo que le permite entrar en éxtasis profundo, samadhi. En este chakra está instalado el maestro interno y tiene lugar la experiencia inefable del vacío; el yogui que conduce hasta aquí su Kundalini consigue grandes e irreversibles transformaciones anímicas y conquista la percepción yóguica que permite captar lo indiferenciado.



En la cima de la cabeza se encuentra el chakra sahasrara, también denominado de los Mil Pétalos, que es a la vez personal y transpersonal y punto de encuentro entre lo individual y lo cósmico, como un ojo de buey hacia lo incondicionado. Cuando Kundalini entra en este centro se alcanza la iluminación o experiencia liberadora y el yogui recupera su naturaleza real.



El trabajo del yogui consiste pues, en desplazar la energía Kundalini desde el chakra-raíz hasta el chakra de los Mil Pétalos, consiguiendo así "golpes de luz" que van transformando su vida interior y permitiendo la evolución de la consciencia. Los amantes tántricos, potenciando la libido y movilizandopoderosas energías en los dos centros más bajos, tratan de abrir el centro del plexo solar y crear una interconexión entre ambos y también aspiran a lograr la apertura del centro anahata para poder desparramar compasión infinita. Todo ello también puede dar un toque al centro ajna o del entrecejo y colapsar los pensamientos, permitiendo refugiarse en la no-mente y experimentar su poder transpersonal y revelador.



Pero ciertamente los amantes tántricos no sólo se comunican con los cuerpos físicos, sino que también pretenden hacerlo con los cuerpos energéticos e interconectar sus respectivos chakras o centros de energía.



Además de los siete centros descritos, que son los más importantes, no dejaremos de hacer referencia a otros tres centros o chakras.

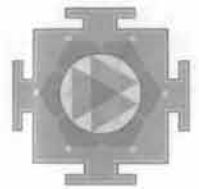
Uno de ellos se encuentra entre el chakra vishuddha, en la garganta, y el chakra ajna, en el entrecejo. Está exactamente situado en la base del paladar y se le conoce como lalana, rigiendo las emociones más primitivas. Por encima del chakra ajna, situado en el entrecejo, se hallan dos chakras, uno llamado manas, que rige las sensaciones, el sueño y la ensoñación y el otro soma, que es la sede donde se percibe yoguicamente el ser interno y que se le conoce como la Casa sin Apoyo.

Los yoguis tántricos se sirven de numerosos ejercicios para actualizar y desplegar la energía Kundalini; entre otros, la meditación, visualizaciones más o menos sofisticadas, la recitación de mantras, asociados a los chakras o no y la relación sexual sacramentalizada, así como la transformación de las energías pasionales. También para activar los tres chakras inferiores han demostrado ser de gran eficacia las técnicas del Hatha-yoga o yoga psicofísico.

El despertar de Kundalini va purificando y despejando los 72.000 canales de energía, nadis, lo que reporta salud física y mental, así como conocimiento espiritual y liberador. Cuando Kundalini alcanza el Sahasrara, el yogui experimenta el samadhi o trance yóguico y saborea el néctar de lo incondicionado o absoluto. Entonces se produce una transformación profundísima y el yogui nunca vuelve a ser el mismo, pues se establece en el desapego, la ecuanimidad y la armonía, quedando el ego reducido a una simple función necesaria para el vivir cotidiano.

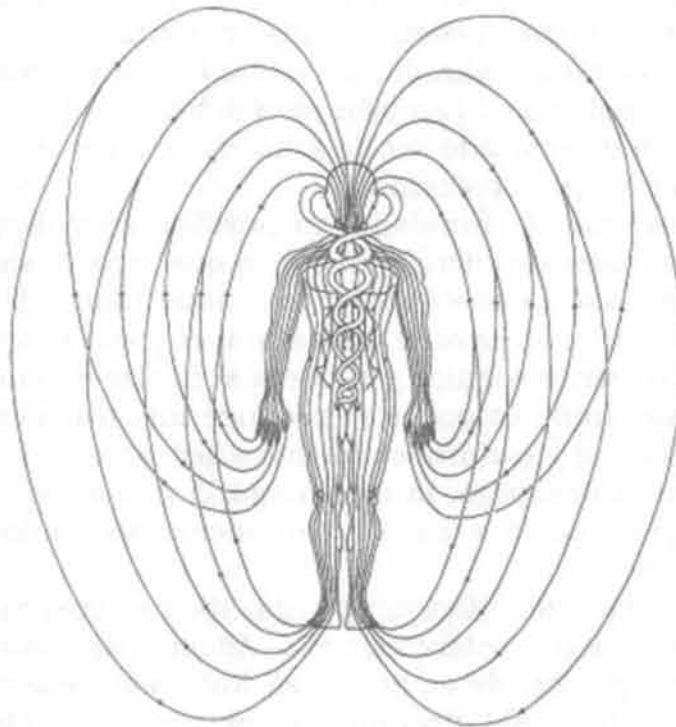
Los nadis alimentan de energía todo el cuerpo sutil y además lo mantienen interconectado. Además del nadi central o sushumna, por donde se despliega Kundalini, exactamente por el ultrasutil canal denominado chitrini, hay otros dos nadis de importancia a los que forzosamente hay que referirse. Uno de ellos es el pingala, que se extiende a la derecha del nadi central y cuyo color es el ocre. Su energía es positiva o masculina, caliente.





Al otro lado, desplazándose a la izquierda del nadi central, está el nadi ida, de color claro, energía fría y negativa o femenina. Gracias a estos nadis se celebran los procesos catabólicos y anabólicos, y una perfecta compensación de la alternancia de energías femeninas y masculinas. Cada uno conecta con una fosa nasal. Prana circula por estos dos nadis, en tanto que el canal central es el conducto por el que debe desplegarse Kundalini.

El nadi central o sushumna es el depósito o la reserva de todos los actos e intenciones (karmas) del individuo. Se extiende desde el chakra-raíz al chakra de los Mil Pétalos, conectando los chakras más importantes.



Los chakras y los nadis en el cuerpo humano

Cuando los chakras altos se van iluminando se queman todos los deméritos del pasado y se obtiene otro nivel de consciencia, cada vez más iluminada al ir ascendiendo Kundalini.

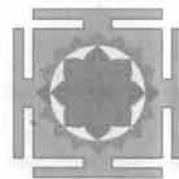
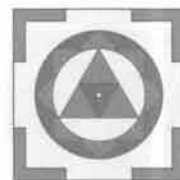
Se dice que Kundalini es muy sensible a la recitación de mantras, las visualizaciones, la meditación, el Hatha-yoga y la relación sexual sacramentalizada. Pero cada práctica tiene un alcance y así, por ejemplo, el Hatha-yoga trabaja sobre los tres chakras bajos, en tanto que el mantra-yoga lo hace sobre el chakra del corazón, y la meditación, sobre los chakras más elevados.

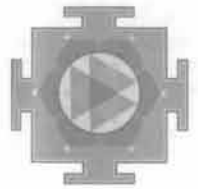
Los amantes tántricos se comunican de cuerpo a cuerpo, cuerpo energético a cuerpo energético y mente a mente. Tratan de llevar a cabo una estrecha interconexión de cuerpos para desencadenar poderosas energías que permitan la absorción de la mente en el punto de disolución, laya, donde se puede percibir lo que está más allá de la forma y el ego.

Cuando la relación tántrica se lleva a cabo, los chakras de los amantes también entran en comunicación y se recrea un potencial de energía o cambio electromagnético para conducir la mente al sentimiento de unidad que permite saborear lo que está más allá de las burdas apariencias.

Los tántricos conceden gran importancia a la corporeidad, entendida en su doble vertiente de física y sutil. Consideran que en una época difícil como la nuestra el trabajo sobre el cuerpo es necesario y que, además de la meditación y la recitación de mantras, hay que desarrollar la consciencia, siendo consciente de todo lo que se piensa, se habla o se siente, y también utilizar con fines liberatorios el cuerpo, sus funciones y pasiones. No se trata de oponerse a la biología, como hacía el asceta o penitente, sino de conscienciarla y ponerla al servicio de la búsqueda interior. No se reprime, se canaliza o se transforma.

Y entre las funciones fisiológicas adquieren gran relieve, en el Tantra, la respiración y la sexualidad. Mediante la sabia instrumentalización de ambas, y ejercicios y técnicas no faltan para ello, se va reorganizando la psique a un nivel diferente y se van modificando los viejos modelos reactivos de comporta-





miento mental. La respiración y la sexualidad se tornan así instrumentos de auto-desarrollo y de evolución consciente. Para ello, tanto la respiración como la sexualidad se concientizan, se regulan y se ejercitan yoguicamente. Hay que conquistar a la Shakti, la energía cósmica, la diosa, no sólo en el pensamiento, sino también en el propio cuerpo, y más en esta época conflictiva y babélica que es el kali-yuga. En lugar de dejarse llevar y arrebatar por la pasión, el Tantra-yogui la instrumentaliza. La pasión es poder; la biología es fuerza, la respiración y el sexo son potencias. La vida en si misma se convierte en reto, desafío y maestro.

El tántrico no es un santo, aunque aspira también a la santidad o mejoramiento integral humano, sino un guerrero espiritual que quiere convertirse en un héroe o vira. Aspira a convertir la biología en suprabioología y la corporeidad en una corporeidad mística y salvífica. Le saca la fuerza a la vida para cabalgar sobre ella hacia lo que la vida anima, es decir el origen. Nunca se rechaza el cuerpo y sus funciones; se utilizan sabiamente.

El tántrico busca a la Shakti en las situaciones ordinarias de la vida y evitando el apego que encadena, vive para conectar con la energía que todo lo anima. No es pues, un contemplativo, sino un contemplativo en la acción, e instrumentaliza la acción misma como medio para desarrollar poder y obtener energías extras. La acción no es agitación y, cuando se acomete lúcida y conscientemente, en lugar de alienar integra.

Pero la intensidad, vitalidad y pasión del tántrico es desapasionada o sin apego, porque evita aferrarse o entrar en servidumbre con respecto al deseo. El deseo es una gran fuerza si lo controlamos, pero nos debilita si nos tornamos adictos a él. El deseo sexual puede llegar a ser muy intenso y por eso el tántrico entra en él pero para abrillantar su consciencia y robustecer su ecuanimidad, además de para utilizar esa energía como vehículo hacia lo supramundano.

El poder que pretende el tántrico es el ejercido sobre si mismo. Este poder, que se torna conocimiento liberador, empieza por la concientización y dominio sobre el cuerpo y

también sobre el cuerpo sutil o energético y subsiguientemente sobre el centro mental.

El trabajo sobre las funciones corporales, incluidas la respiración y la sexualidad, exige un gran dominio de la consciencia y cuando este trabajo es el adecuado no sólo tiene implicaciones fisiológicas, sino energéticas y mentales. Se trata de superar la condición común de la consciencia humana, de sobrepasarla. El único pecado es la falta de consciencia o la consciencia embotada.

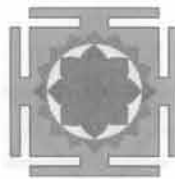
La vida, en todas sus formas, es un medio para ejercitar la consciencia y elevarla. El tántrico no busca el poder de la energía por el poder mismo, sino como medio para elevar la consciencia y lograr el conocimiento liberador que reporta. Toma consciencia del cuerpo físico, del cuerpo sutil y de los procesos mentales.

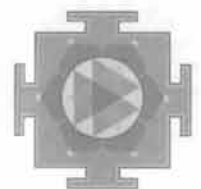
De este modo desautomatiza lo que en si mismo es automático y al hacerlo está sobrepasando la ordinaria condición humana, caracterizada por la mecanicidad enfermiza. Por eso el tántrico no reprime sus pasiones, sino que se apoya en ellas para dar el gran salto hacia el vacío primordial. Ahora bien, si deja que las pasiones le atolondren y encadenen habrá perdido la batalla contra la biología y la psique.

El tántrico entra en el escenario de las pasiones para pulir la consciencia y robustecer el carácter. Todas las emociones, hasta las negativas, son energía o poder. El tántrico se torna el soberano de sus pasiones. No se cierra a ellas, no las evita ni reprime, pero aprende a fluir con ellas y poder dirigir las, ennoblecerlas y reorientarlas hacia la libertad interior. "Lo que a unos encadena, a otros libera."

Todas las pasiones son vibraciones que pueden utilizarse y que, además, están conectadas con determinados chakras. El tántrico aprende a descargar las pasiones, pero no a reprimirlas, porque la represión es nociva y luego emerge por alguna parte.

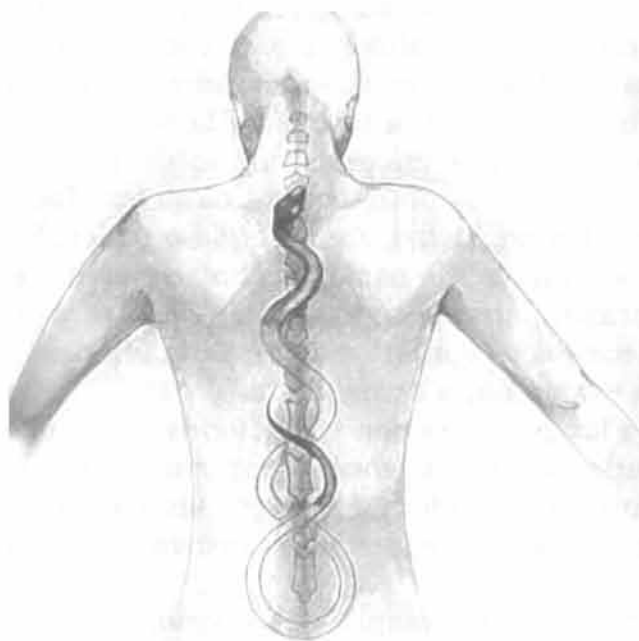
El cuerpo es el templo del Divino. Hay que cuidarlo, conscienciarlo y transformarlo. El cuerpo y el cuerpo sutil disponen de fuerzas secretas y muy poderosas ignotas para la





mayoría de los seres humanos. Al aproximarnos yóguicamente al cuerpo nos acercamos al poder que lo anima. El cuerpo es como una bisagra entre la mente única y la mente humana. La pasión puede transformarse en energía espiritual u Ojas Shakti. La pasión es Prana, energía o fuerza vital. No se trata de cercenarla o mutilarla, sino de reorientarla. Pero esta reorientación es difícil, porque lo fácil es vivir mecánicamente, lo que no requiere ningún tipo de esfuerzo y forma parte de la consciencia dormida.

La consciencia se halla en un estado crepuscular pero el tántrico aspira a una trans-consciencia o consciencia allende la consciencia ordinaria, del mismo modo que fuerza una trans-fisiología y una trans-psicología o sea una fisiología y una psicología diferentes a las de las personas comunes. Todo ello forma parte del intento yóguico de sobrepasar la condición humana, no por un mero instinto triunfalista, sino porque el ser humano es desarrollable y de hecho no somos todavía humanos, sino homo-animales.



La energía kundalini ascendiendo por los chakras

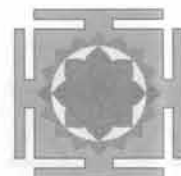
Pero transformar la corporeidad y la psique es un trabajo de titanes, y más en una época como la nuestra, el kali-yuga, regida por la desacralización, la frivolidad, la putrescibilidad y el caos. Lograr una consciencia despierta y lúcida es uno de los firmes propósitos del tántrico. Si incluso utiliza yóguicamente la relación sexual es con este fin. Nada puede atolondrar tanto la mente como el sexo y la pasión amorosa, y el tántrico toma ese poder, no para dejarse hipnotizar, sino para abrillantar la consciencia.

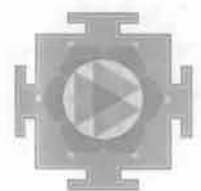
Superar la estrecha visión que imponen los pares de opuestos o contrarios mentales, ir más allá del ego y los condicionamientos del subconsciente, refrenar los códigos evolutivos, todo ello forma parte de la tarea ingente del yogui tántrico, incluso si utiliza sistemas devocionales, es para ir más allá de los automatismos humanos.

La "consciencia" mecánica y dormida es la que sostiene el samsara o todo lo fenoménico. Es urgente hallar un canal de luz hacia la otra realidad. Si la pasión es como un brioso corcel que puede aproximarnos a ella, la utilizamos; pero no está ese juego místico desprovisto o exento de riesgos. El riesgo es siempre la alienación que puede producir la pasión y que en ese caso la consciencia, en lugar de despertar, se embote en mayor grado. Sólo cuando la consciencia es pura e inafectada resulta posible lo que en principio parece imposible o paradójico: comerse el cebo sin tragarse el anzuelo.

Pero hay un paso para el guerrero espiritual, que consiste en tragarse el anzuelo y no dejar que le desgarre, lo que se denomina "transformar el veneno en néctar".

Para despertar la energía Kundalini hay diferentes técnicas y visualizaciones, que incluiremos en un capítulo posterior, pero una de ellas, no la más fácil ni la más segura, es la instrumentalización mística de la pasión, incluida la sexual. Si se consigue, incluso el cuerpo se torna un diamante de sabiduría. El tántrico sacraliza lo profano y le da a todo un carácter salvífico. Trata de estimular tanto la apertura de la consciencia que esta podrá mantenerse presente durante la hechizante relación amorosa-sexual e incluso durante la muerte. La





consciencia es la vía hacia lo que está más allá de la consciencia. Esta no es el fin, sino el medio, la pértiga para proyectarse a lo Uno-sin-dos.



Los amantes tántricos

Capítulo II

En la senda del Tantra

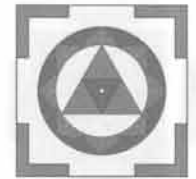
La India ha sido cuna de numerosos sistemas de auto-desarrollo y autorrealización. En este país han florecido gran número de corrientes místicas, psicologías liberatorias y técnicas de auto-conocimiento. Entre ellas se encuentra el Tantra o tantrismo, cuyas enseñanzas vienen desde la noche de los tiempos y son de origen preario, pero que se conforman como una filosofía liberadora a partir del siglo IV de nuestra era, basándose en textos tántricos denominados Tantras y Agamas, cuyas instrucciones son consideradas por los tántricos como las más adecuadas y eficaces para esta época de indolencia espiritual, quiebra moral y dispersión mental, que es el Kali-yuga; una época de corrupción, ofuscación, destrucción y violencia.

El tantrismo representa una curiosa e incluso insólita innovación en el pensamiento hindú y aunque respeta la tradición de los Vedas, pone un énfasis muy especial en el papel de la Shakti o energía primordial. Este culto a Shakti halla sus raíces en el primigenio culto a la Gran Madre o Madre Diosa.

Pero, como quiera que sea, el tantrismo ha influido notablemente en distintas corrientes místicas hindúes. La Shakti o la todopoderosa diosa se convierte en la protagonista principal de esta corriente místico-iniciática-esotérica que es el tantrismo y que a menudo ha sido muy mal interpretada, ya sea porque se ha acentuado su carácter sexual, e incluso orgiástico, o porque se ha remarcado su lado mágico o incluso demiúrgico.

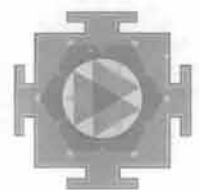
Pero el tantrismo como tal, es una técnica de auto-realización que no hace concesiones y exige, como otras muchas filosofías liberadoras, un esfuerzo correcto, una actitud de genuina moralidad y el verdadero anhelo de liberación.

No es pues esta doctrina un pretexto para a gratificación de los sentidos, ni mucho menos una justificación para la indulgencia sexual. Precisamente el tantrismo requiere ejerci-





tarse conscientemente para ganar un alto umbral de consciencia, ya que sus ritos o prácticas, si se efectúan mecánicamente, “aborregan”, en lugar de despertar; de hecho, los tántricos consideran a los devotos comunes como “borregos”, entregados a una religión mecanizada y a veces degradada que embota en lugar de procurar lucidez liberadora.



Para el Tantra la energía primordial, dinámica y creadora de todos los fenómenos es la Shakti, también denominada diosa. Es el poder cinético, construye, destruye y vuelve a construir. La Shakti es la contraparte del Divino o Absoluto y con su energía dinamiza el cosmos. Con su poder de ilusión, maya, la Shakti vela y desvela.



El yoga es un método de autodomínio para poder hallar un canal de luz en la densa red de ilusión que genera la Shakti. El propósito del yogui es no dejarse confundir por los fenómenos que engendra la Shakti y poder retomar una y otra vez el hilo de la consciencia para no identificarse y alienarse con la sucesión de fotogramas fenoménicos que genera la Shakti, que es como una incansable bailarina: gira y gira sin cesar, recreando el universo y todas sus formas.



Aunque la Shakti es una, sus manifestaciones son innumerables, de lo más sutil a lo más burdo; pero el tántrico debe mantener el sentido o presencia de la Shakti en todo y no dejarse obnubilar por sus múltiples y variadas manifestaciones. El tántrico convive con la ilusión cósmica y se “enreda” en los fenómenos cotidianos, pero debe mantener clara su consciencia e incluso ejercitar su ánimo a través de tales fenómenos o circunstancias vitales para conquistar su inafectado ser interno o yo real.



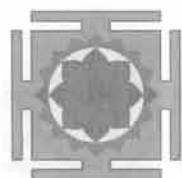
El tántrico no se aparta de la cotidianidad ni se protege de lo fenoménico, ni sigue la vía de la renuncia o el eremitismo, sino que aprovecha la vida misma como banco de pruebas para pulir y abrillantar la consciencia y poder vivir plenamente la existencia, pero sin dejarse contaminar por el apego ni por su opuesto, la aversión. No es una labor fácil, porque los fenómenos, por su poder de ilusión y enajenación, tienden a empañar la consciencia y a mecanizar la conducta del ser humano.

Por esta razón el tántrico se entrena sin descanso en la consciencia clara e inafectada y sabe que los fenómenos son como nubes que surgen y se desvanecen pero que no pueden enajenarlo, del mismo modo que las nubes no arrastran el cielo tras de sí. El tántrico vive la vida con intensidad, afirmándola, pero su naturaleza real e inafectada no se deja concernir por lo vivido. Es desapasionadamente apasionado o intenso desde el desapego.

El universo y todo lo fenoménico es una emanación del absoluto, pero esta manifestación se hace posible gracias al poder dinámico de la Shakti. En lo no manifestado, el absoluto y su energía (Shakti) forman una unidad o andrógino, pero al producirse la manifestación la Shakti se desgaja y comienza su labor creadora. Así, para entendernos, del ser o absoluto brota la Shakti y de la Shakti todos los fenómenos y cualidades, que van desde lo más ultrasutil a lo más burdo o tosco. La Shakti todo lo anima y ella misma vibra en todo, de lo más infinito a lo más infinitesimal.

El yoga tántrico representa la conquista de la Shakti en uno mismo. La Shakti, que con sus potencias opera sin cesar, es conquistada en uno mismo mediante el desarrollo de la consciencia lúcida e inafectada. Lo que a unos implica, a otros deja impávidos; lo que a unos vela su conocimiento, a otros desvela una realidad de orden superior. El asceta se aparta de los objetos sensoriales; el tántrico los experimenta y los utiliza como una palanca para acceder a regiones superiores de la mente. Podríamos decir que el asceta da la espalda a la Shakti, pero el tántrico la abraza y goza de ella, aun a riesgo de morir, espiritualmente, en el intento. Por eso, desde sus orígenes, el Tantra se definió como una forma de vida, una actitud donde la metafísica y las abstracciones filosóficas ocupan un segundo lugar, porque lo que de verdad cuenta es la experiencia.

La experiencia puede alienar o liberar. La afirmación de la vida es para el tántrico un medio salvífico o técnica liberadora. Es como la sabia utilización del "veneno", no para envenenar, sino para sanar. Pero en su cauce tradicional el tantrismo ha sido una doctrina marcadamente misteriosa e ini-





ciática, en la que han ocupado un papel relevante los ritos y las ceremonias iniciáticas.

Pero aún dentro del tantrismo ha habido muchas posturas. Desde luego, los tántricos no hacen diferencias entre sexos, ni castas, ni posiciones sociales. El guía espiritual es el que imparte la iniciación o entrega de poder y las instrucciones místico-tántricas, pero el esfuerzo es personal y a cada uno compete trabajar para el desarrollo de la consciencia.

Si el tantrismo se propone como una vía soteriológica, es decir de liberación, es porque todos sus métodos y prescripciones tienden a la liberación del individuo.

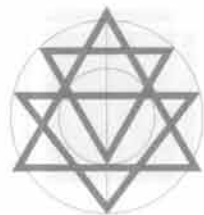
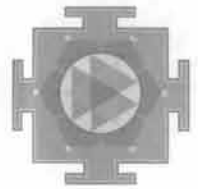
¿Cómo entender esta liberación? Pues en su sentido más ontológico. No se trata sólo de liberarse de los grilletes de la ilusión o de las perturbaciones de la mente o de la máscara de la personalidad o del ego, aunque también de todo ello. Se trata de tomar consciencia de la naturaleza real o ser interno como diferente e independiente de las envolturas personales: Cuerpo, cuerpo energético y órgano psicamental.

Este reconocimiento vivencial y liberatorio de la propia esencia representa la emancipación espiritual y desde ese momento la persona está en este mundo sin estar en él y es de todos y de nadie.

Para obtener la liberación o emancipación del yo-real o si-mismo, que empero siempre ha estado liberado, pero identificado con los procesos psicofísicos y con el ego, el tántrico afirma la naturaleza y se apoya en ella para ir más allá de ella y también sobrepasar su ordinaria condición humana. En esta búsqueda del yo real, o el ser, el tántrico instrumentaliza la fuerza casi inagotable del deseo. Esta fuerza libera o encadena, reconforta o abrasa, dependiendo de cómo se utilice y con qué grado de consciencia.

Conquistando el deseo, no reprimiéndolo, se conquista a la Shakti misma, ya que ella engendra el deseo. Pero, sobre todo, el deseo debe vivirse conscientemente y sin generar el subsiguiente apego.

El apego imanta y empaña la consciencia. El apego viene retroalimentado por la voracidad del pensamiento, al que no le



basta con disfrutar, sino que quiere apropiarse por siempre del disfrute, con lo que entra en dependencia mórbida del mismo. En la relación pasional, como más adelante investigaremos, es donde el deseo se convierte más en apego o incluso en adicción y servidumbre.

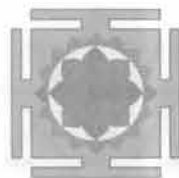
El deseo está en la naturaleza humana y es una respuesta vivencial hacia lo que nos gratifica; pero cuando el disfrute quiere retenerse, repetirse, intensificarse y no perderse surge el apego. Disfrutar sin apego es tan difícil como sufrir sin aversión. Empero, el tántrico es un guerrero espiritual porque entra en el campo de batalla de la vida misma para confrontar los fenómenos y vivirlos sin apego y sin aversión, pero en la inevitabilidad del disfrute y el dolor, puesto que mientras hay un cuerpo-mente todos estamos sometidos a sensaciones agradables o desagradables, si bien lo que cada uno puede cultivar es una actitud diferente hacia tales sensaciones.

Como el tántrico considera todo insuflado por la Shakti, es decir, todo lo manifestado como poder, trata de “robar” este poder a la Shakti y utilizarlo para la propia liberación. Esta senda es, pues, muy sui generis y requiere aprender a equilibrarse en un mundo desequilibrado y poder mantener una consciencia más lúcida e inafectada incluso en el laberinto, a menudo inextricable, de los fenómenos.

No se trata de investigar de una forma metafísica o de sondear intelectualmente la última realidad, sino de vivir tántricamente, es decir, afrontándolo todo con un ánimo firme y de todo sacando fuerza (Shakti) y enseñanza.

La vida se torna el gran maestro. Como la pasión, en todos sus modos, forma parte de la vida, se instrumentaliza ésta, para que ayude al crecimiento interior, en lugar de frenarlo.

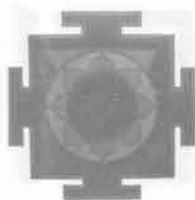
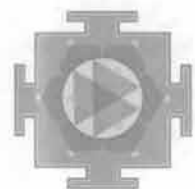
Dependiendo también del grado de evolución del tántrico, este se sirve de rituales y ceremonias o bien trasciende todos ellos y sólo se sirve de la consciencia despierta en la acción y la meditación sentada. Si el buscador no es sexualmente abstinentes, puede recurrir a la sexualidad consciente y tantrizada, es decir, instrumentalizar la sexualidad como una





meditación a través de la relación sexual. Si el tántrico trata de imprimir a todas sus acciones el sello de la consciencia, también lo hará así con su relación sexual, y podrá entonces tomar energías extras para conducir la mente a un estado de no-pensamiento donde brota una energía de unificación e integración.

En la senda del Tantra uno comienza como aspirante o aprendiz de guerrero espiritual; luego uno se torna guerrero espiritual propiamente dicho y, si se sigue hollando la senda, uno se convierte en un héroe o vira. El vira sigue sus propias leyes y sólo queda asido a sí mismo. Sabe cómo conectar con la corriente de energía iluminada y tornar su fuerza en la misma. Vive conciliado con su maestro interior, libre de credos e ideologías, en apertura amorosa. El guerrero espiritual es el que sólo guerrea contra sí mismo para hallar su genuina naturaleza interna.



El "arte de la guerra espiritual" consiste en aprovechar la existencia cotidiana para el crecimiento interior, el desarrollo de la compasión, la conquista de la sabiduría y la liberación de la ilusión.

Hay dos sentencias atribuidas a Buda que son muy significativas. Una de ellas dice: *"Mejor que conquistar a mil guerreros en mil batallas diferentes, es la conquista de uno mismo."* La otra reza: *"Más vale morir en el campo de batalla que vivir una vida de derrota"*.



El gran reto para el guerrero espiritual es entrar en lo fenoménico de la vida y no dejarse anegar por ello. La vida misma se convierte en una vía hacia la divinidad. Como todo es un efecto del juego de la Shakti, todo se celebra, o se sufre, con la actitud mental adecuada.

En esta época de crisis, el hombre recurre a métodos que quizá en otras épocas eran innecesarios y descartados o incluso se tenían por arriesgados, pero en este sentido el Tantra fue revolucionario y comenzó a servirse de métodos salvíficos inusuales o incluso de prácticas consideradas pecaminosas o anti-espirituales. Pero del mismo modo que Shiva -la deidad de los yoguis- puede convertir el veneno en néctar, el tántrico trata de sacarle la fuerza al deseo y a la pasión y trata



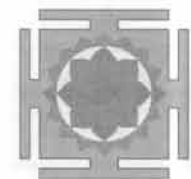
de sacralizar aquello que es básicamente profano o que al menos era tenido por tal. Hay, pues, una sacralización de la existencia, incluida la relación sexual. Dependiendo de la actitud, lo que puede destruir, construye; lo que puede alienar, equilibra; lo que puede embotar, despierta.

El tantrismo revaloriza altamente la energía femenina y, por tanto, el papel de la mujer. Revaloriza asimismo el aspecto femenino de dios, o sea la Shakti o diosa. La mujer nunca es excluida del rito iniciático, como en otras tradiciones, sino incorporada de manera imprescindible. La mujer constela la Shakti y se torna vía hacia la auto-realización. No sólo no perturba al buscador, sino que le puede ayudar, ya sea como compañera de búsqueda, como complementario energético, como consorte mágica o como participe en la relación sexual tántrica.



La diosa (Shakti)

El tantrismo dio origen al Shaktismo, el culto directo a la Shakti y, subsiguientemente, a la madre y a la mujer. El tántrico, en última instancia, aspira a la unión mística con el





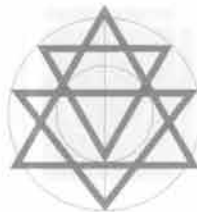
Absoluto, pero lo hace siguiendo las huellas de la Shakti. La energía que vela, desvela; el poder que obnubila, despeja; la fuerza que ata, desata. El tántrico avanzado o guerrero espiritual se sirve métodos yóguicos, sobre todo de los yogas tantrizados o de energía: Kundalini-Tantra-yoga, Nada-yoga, Mantra-yoga y otros¹.



Ya hemos dedicado un capítulo al Kundalini-yoga y más adelante estudiaremos algunos otros yogas, puesto que son los medios o instrumentos para el acopio de energías y la reorientación de estas energías hacia lo absoluto.



El ser o mente cósmica, al desdoblarse y manifestarse a través de su Shakti, genera todos los universos. También surgen las entidades espirituales en cada individuo, naturaleza real o si-mismo que temporalmente se asocia a una organización psicosomática, cuerpo-mente y se identifica ilusoriamente con la misma. El buscador debe concienciar su naturaleza real y no identificarse con su cuerpo-mente, lo que conlleva la liberación espiritual. Este es un trabajo difícil y largo, en el que el buscador debe empeñarse en desarrollar su auto-consciencia o presencia de ser, desidentificándose de sus procesos físicos y mentales como sabe el jinete, por muy acoplado que esté al caballo, que no es el caballo.



Este proceso de desidentificación lo emprende el tántrico afirmando la naturaleza y viviendo los fenómenos. Cuanto más intensa sea la emoción o pasión desencadenada por los fenómenos, más tendrá que luchar por no dejarse identificar por ellos, pero también más eficaz resultará su trabajo interior. Es el gran reto: escuchar el canto de las sirenas sin dejarse ofuscar por él. Los rituales, la meditación, la recitación de mantras y la sexualidad sagrada tratan de acallar la mente para que pueda manifestarse la realidad interna. Al silenciarse los contenidos mentales con los que la persona se identifica, dejándose arrebatar por ellos, uno recupera o se establece en su naturaleza original.



1. Para más datos puede consultar en esta misma editorial y del mismo autor: "El yoga de la energía"

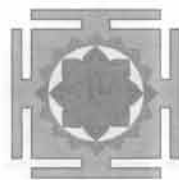
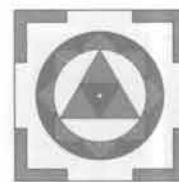
El tántrico está en el aprendizaje de no dejarse colorear anímicamente por los fenómenos exteriores ni por sus procesos psíquicos y todos ellos son la Shakti misma operando en el exterior y en la vida anímica. Si la Shakti te toma te conviertes en una hoja a merced de sus vientos, pero si logras tomarla a ella comienzas a cabalgar lúcidamente sobre el tigre.

El tántrico sabe bien que, al entrar en el laberinto de los fenómenos, la Shakti, que para eso es la reina del laberinto, va a proteger su Centro confundiendo al buscador con el entramado del laberinto. Es la búsqueda de la Dama del Laberinto. Para ello el tántrico trata de despertar a su bella princesa durmiente, es decir, su energía Kundalini, que al ir perforando e iluminando los centros de consciencia-energía irá reportándole un conocimiento liberador.

Como la vida es un juego de luces y sombras, el tántrico debe hallar su propia luz interna. El eremita o renunciante lo hace a través de la austeridad y la guarda de los sentidos, en tanto que el tántrico incursiona en los fenómenos para sucumbir o renacer. Aunque para unos se queda en un simple movimiento religioso o degradadamente mágico, para otros es la senda sin senda porque sigue prescripciones muy especiales y heterodoxas, así como, por supuesto, nunca dogmáticas ni preestablecidas.

El verdadero tántrico es un librepensador y un ácrata sin acrimonia, que desconfía de todo lo establecido y sabe que la moralidad convencional no es tal y que en esta época rige el signo de la hipocresía, la codicia desmedida, la mediocridad y el odio.

También el tantrismo ha evolucionado y ya no es sólo un conjunto de creencias, rituales mágicos o prácticas esotéricas, sino sobre todo una actitud de guerrero espiritual, donde se potencian genuinos valores como la tolerancia, la no-violencia, la apertura amorosa, la sacralización de toda forma de vida, el respeto profundo a todas las criaturas, la sexualidad sacralizada y sacralizante y no vacua y mecánica, el amor que siempre prevalece, la amistad verdadera, el contento interior, a pesar del descontento general y el laudable ejercicio del amor





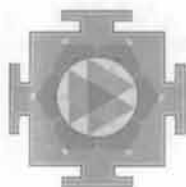
consciente. La vida se convierte en un aprendizaje y el guerrero espiritual trata de observar el noble arte de vivir. El que lo consigue es un vira o héroe. Entonces la calidad de la consciencia es totalmente distinta, porque todos compartimos el mismo espacio físico, pero no el mismo espacio psicológico.

La mente del ser humano está agitada y ofuscada. El buscador espiritual trata de lograr calma y lucidez para su mente. Para obtener la calma, el tántrico se sirve de los ritos, la recitación de mantras, las ceremonias sacras, la visualización de diagramas místico-esotéricos y la relación sexual sacralizada e hiperconsciente. La meditación y la consciencia de ser en todo momento posible desencadenan la visión clara, el entendimiento correcto y la lucidez. Pero el tántrico debe combatir básicamente dos enemigos: el apego y el ego.

El apego es la inclinación intensa hacia un objeto que despierta deseo. El apego es fuente de ofuscación, codicia sin límites, miedo y odio. Desde el apego la vida es fea y sin sentido. El tántrico embellece la vida desde el desapego y el arte de saber soltar, porque sabe que no hay nada a lo que aferrarse.

El ego es el sentimiento de individualidad, el personalismo, la auto-importancia y la identificación con el cuerpo, la mente, los esquemas y patrones, los anhelos e intenciones. Un ego desorbitado es un escollo muy grave en la evolución de la consciencia y además hace muy susceptible y vulnerable a la persona. El tántrico trata de someter, no anular su ego y convertirlo en integrado, maduro y funcional. Al decir funcional queremos decir que se trata de un ego para el crecimiento. Para ello hay que desapuntalar lúcidamente el ego e ir desprendiendo o desmontando toda su densa y enojosa burocracia.

Todo lo que no evoluciona degrada, según una antigua instrucción. Si la consciencia no se ejercita, se vuelve muelle y se herrumbra. El tántrico trata de mantener la consciencia y la consciencia de sí, incluso cuando es anegado por estados emocionales negativos, pero se esfuerza en verlos sin identificarse con ellos. Sabe que detrás de todos los estados y de todos los fenómenos está la energía que los anima y alumbra. El tán-



trico trata de vivir conectado con la Shakti y de ir incluso más allá de la Shakti. La Shakti oculta con sus velos, corporales, psicomentales, cotidianos y demás, la última realidad. Pero como la Shakti es la energía manifiesta del ser, para alcanzar lo Absoluto hay que apoyarse y servirse de la Shakti o energía. Se requiere una mutación de la consciencia, que casi nunca sobreviene abruptamente, sino de modo gradual.

Todas las prácticas tántricas pretenden esta mutación de la consciencia y la cópula mística también se ha puesto al servicio de esta transformación interior.

Para captar la energía que todo lo anima, el practicante debe estar muy vivo, atento y perceptivo. Ni que decir tiene que para ello es necesario:

El cultivo metódico de la atención.

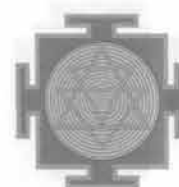
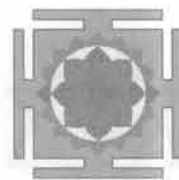
La apertura de los sentidos a la realidad inmediata.

La contención del pensamiento ciego, mecánico y repetitivo.

La superación de los viejos modelos de conducta mental

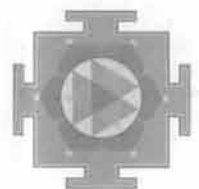
La visión clara es un logro que también se propone el tántrico. Carecemos de visión clara porque aquello que percibimos está distorsionado por tres velos: el imaginativo, el interpretativo y el reactivo.

Para esclarecer la mente es necesario superar condicionamientos evolutivos y psicológicos, drenar el subconsciente y modificar los viejos modelos de conducta mental. Si el tántrico se enfrenta a la pasión en todas sus formas e incluso a lo terrorífico y a lo repugnante es para realmente penetrarla e incluso sacarle su energía. De todo es posible seguir un aprendizaje. Si no podemos controlar las circunstancias del exterior, al menos podemos controlar nuestra actitud interna. El practicante va modificando su mente, abriéndola a otras realidades, superando la dinámica asfixiante de los pares de opuestos y los conceptos, matrimoniando sus energías masculina y femenina, la consecución del ansiado androginato espiritual y facilitando una implosión interna que revolucione los parámetros mentales y consiga un giro de la propia mente y un nuevo modo de percibir, ver y sentir.





Pero no es fácil descubrir los trucos de esa espléndida ilusionista que es la Shakti, que nos hace ver lo que no existe y escamotea lo que existe. La ilusión cósmica o maya enturbia de tal modo la mente humana que el individuo toma lo accesorio por esencial y lo trascendental por trivial. La mente se pierde en sus propias creaciones, autoengaños y justificaciones. El sueño hipnótico que produce la maya mantiene en estado de somnolencia a la energía cósmica o Kundalini. El ser humano se arroga cualidades de las que carece y se cree despierto cuando está profundamente dormido.



La maya se manifiesta también como mecanicidad. La mecanicidad ejerce su encanto o fascinación por la simple razón de que es más fácil pensar, hablar y hacer mecánicamente que conscientemente. Pero entonces la vida se torna una caricatura o simulacro y el concepto usurpa el lugar a la realidad tal cual es. El pashu o borrego es el aspirante que utiliza incluso la religión o las técnicas soteriológicas para dormir más profundamente, o sea, las mecaniza.



El guerrero espiritual es el que trata de desembarazarse de códigos, esquemas, filtros socioculturales, traumas y conductas aprendidas para hallar su libertad interior. No lo hace retirándose al desierto, aunque también en parte puede optar por retiros para la meditación profunda y la autoexploración, sino afirmando la vida y entrando de lleno en las actividades cotidianas, si bien una parte de él se siente independiente porque no deja de estar conectada con la matriz, la madre.



El guerrero espiritual no se conforma con la senda reglada o el camino de las normas. No le basta la afirmación ordinaria y busca una afirmación de orden superior, más allá de la afirmación-negación. Es un revolucionario de lo interno y no se permite la mecanicidad. Por ello incluso cuando lleva a cabo relaciones sexuales no las acomete de manera mecánica, sino que al sacralizar la sexualidad trata de imprimirle el sentido de la consciencia y de la consciencia de ser. Precisamente porque la sexualidad puede ser extraordinariamente mecánica, ya que obedece a las leyes ciegas pero poderosísimas de la biología, el tántrico se aboca a la aventura amoroso-sexual para retarse a



si mismo y trata de mantener la consciencia lúcida e inafectada. Siente con intensidad, pero no deja parte de si mismo en la experiencia. En lugar de ser vivido por la sexualidad, la vive.

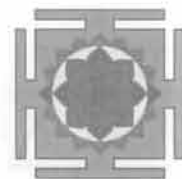
El “darse cuenta” que representa la consciencia intensa se conduce a todos los ámbitos de la vida, si bien es cierto que en principio el aprendiz sólo obtendrá fugaces momentos de consciencia y mucho más fugitivos todavía de consciencia o presencia de ser.

Los tántricos que se entregan al placer sin consciencia y sin ánimo de instrumentalizarlo místicamente no pueden ser considerados tales en absoluto. El tantrismo, repitámoslo, es un método de liberación. El tantrismo sin disciplina, trabajo interior, consciencia y auto-consciencia, no es verdadero tantrismo. Puede ser un tantrismo degradado, falseado o adulterado, pero no el tantrismo como medio de auto-desarrollo. El tántrico se enfrenta a los condicionamientos para superarlos; trata de desencadenarse y no de acumular más cadenas.

Los fenómenos que origina la Shakti engatusan a la mayoría de los seres humanos y convierten sus vidas en una sucesión de anhelos frustrados, insatisfacciones y confusiones. Pero el tántrico trata él mismo de engatusar a la Shakti y en cierto modo “engañarla” para caminar a través de ella hacia lo que está detrás de la Shakti, el Ser. Todo ello exige una renuncia no externa, sino en la propia mente. Hay que renunciar al pensamiento descontrolado, al egocentrismo y a la ignorancia. Por eso sin yoga, que es consciencia y control, no hay tantrismo real.

Si el Tantra fuera sólo disfrute, todos seríamos tántricos. No hay mayor ascesis, ni más real y útil, que la de la contención del pensamiento. Si hay que pensar; se piensa, pero en caso contrario lo que hay que hacer es estar perceptivo, consciente, lúcido y no extraviado en las reactividades mecánicas de la mente.

Frenar el pensamiento no es fácil. De hecho hay decenas y decenas de métodos para ello en los textos hindúes. El tántrico se sirve de técnicas para esta sujeción del pensamiento y por ello no ha dudado en asumir la técnica de la erótica místi-





ca, porque cuando la relación sexual se lleva a cabo tantricamente se va produciendo un vaciamiento mental que permite la conexión con realidades superiores o cuando menos la captación del lado silente y revelador de la mente llamado unmani o no-mente.



Las normas convencionales, las ordinarias reglas morales y las prescripciones religiosas mecanizadas o coloreadas por la superstición, el tántrico las transgrede. El verdadero equilibrio se ubica más allá del equilibrio-desequilibrio ordinarios, pues uno conduce al otro alternadamente y esa alternancia produce fluctuación.



El tántrico aprende a tomar energías y poder de todo lo que puede, sin dañar jamás a criatura alguna. Sabe que nada roba tanto el poder interior como herir gratuitamente a alguna criatura viviente. Nunca se lo permite. Es un karma demasiado difícil de purgar. En los factores de crecimiento interior halla su energía más preciosa: el esfuerzo correcto, la atención, el sosiego, el contento interior, la ecuanimidad y la lucidez. También en el yoga físico, la meditación, la relación amorosa consciente y la apertura amorosa hacia toda la naturaleza.



Se ha dicho, con razón, que el tantrismo es la vía secreta de las energías. Ciertamente. La energía está en la palabra, el pensamiento, el acto, las emociones, la brizna de hierba o el canto rodado. Unos saben sentirla y tomarla y otros no. El antiguo adagio reza: "Si sólo sacas un cubo de agua del océano, no te quejes de que el océano es avaro."



Cuando la palma de la mano está abierta, el cielo se refleja en la misma. En el puño cerrado nada queda, excepto miseria y apego. El guerrero espiritual se abre como un pimpollo en primavera, superando corazas psíquicas, temores y autodefensas. En esa apertura consciente halla fuerza y renovación. Cuando uno pone rejas, al final el cautivo es uno mismo.

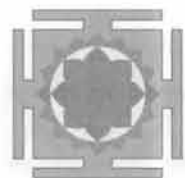
La Shakti fluye en uno mismo como el calor está en el fuego o el frío en la nieve. El tántrico vive o trata de vivir conectado con su Shakti, pero no necesariamente sometido a la

Shakti. Como el agua está dentro y fuera del pez, la Shakti está dentro y fuera de uno mismo. Se polariza en sensaciones, sentimientos, emociones y pensamientos como el arco iris que, aun siendo uno, dispone de diferentes tonalidades. Al afirmarse en lo mundano, el tántrico celebra su Shakti, pero no permite que esa celebración le atolondre.

Todo lo automático roba energía, pero todo lo consciente la procura. ¿No hay ahí un gran secreto? No es que la consciencia sea el fin, como ya hemos apuntado, sino el medio o la llave para abrir regiones allende la consciencia. Podríamos decir: por la consciencia a la consciencia de ser, y por la consciencia de ser a la consciencia. Pero en su inmersión en lo cotidiano el tántrico debe mantenerse equilibrado ante el encuentro y el desencuentro, la ganancia y la pérdida, el halago y el insulto. No es fácil conquistar esa ecuanimidad. Pero es la energía de claridad, cordura y precisión de la ecuanimidad la que distingue al tántrico.

Las personas de naturaleza rajásica (vehemente, pasional), encontrarán en el Tantra una importante vía de acción espiritual. Bien es cierto que hay vías más elevadas, pero tal vez más difíciles de seguir para la persona rajásica o apasionada. El mismo Hatha-yoga o yoga psicofisiológico es de extraordinaria efectividad para canalizar las energías y la vehemencia. Como todos los yogas, conduce a descondicionar o sea, que es una técnica de contramecanicidad.

Hay una ley que dice: *"Todo aquello que se efectúe mecánicamente, condiciona; todo aquello que se haga conscientemente, desautomatiza"*. Si queremos humanizarnos necesitamos técnicas para poder instalarnos en el terreno seguro y auxiliador de la consciencia. Desde la consciencia incluso el sufrimiento nos forma y no deforma, nos enseña e incluso aprendemos a sacarle su energía particular. Pero el tántrico sabe controlar y fluir, ser consciente y poder, empero, estar suelto; aprende a ser permeable, flexible y dúctil, porque sabe que lo duro se quiebra y que la rigidez es el signo de la muerte.





Controlar y soltar es el verdadero yoga, donde se celebra la conciliación de los contrarios y se evita el conflicto y la fricción. Eso también es sabiduría y nunca se vive desde el concepto, sino desde la experiencia.



Así como el conocimiento ordinario es acumulación y no transforma, la sabiduría modifica. De ahí que el tántrico prefiera la experiencia al concepto, porque, como dijera Buda: "La mayoría de los seres humanos envejecen ganando en kilos pero no en sabiduría". Y en la medida en que se envejece, salvo que se lleve a cabo un diligente trabajo interior, las estructuras de la mente se coagulan y petrifican más y el sacar brillo a la consciencia se torna más difícil.



El verdadero tántrico debe cuidar la actitud adecuada. La existencia es un juego de la diosa y se puede intervenir en este juego, pero sin dejarse implicar en exceso, es decir sin que la identificación ciega gane la mente de la persona y desencadene ofuscación, apego y aversión.



El Tantra surgió no sólo como una reacción a la rígida ortodoxia hindú, sino también porque se consideraba que la enseñanza más tradicional resultaba insuficiente, o, mejor sería decir, impracticable en la complicada época que nos ha tocado vivir. El practicante introduce en el trabajo de entrenamiento elementos heterodoxos como el culto a la diosa, las técnicas mágico-liberatorias, los métodos de manipulación de la energía, la transgresión de determinadas reglas hindúes y la relación mística-sexual.



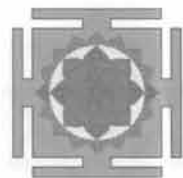
En una época caracterizada por la oscuridad generalizada, la violencia, la codicia desmedida y la compulsión, el Tantra considera que es sumamente difícil seguir las rutas espirituales clásicas y se propone como la vía más idónea para el hombre de hoy. Ello representa, sin duda, asumir la incapacidad de la mayoría de los seres humanos de la actualidad para emprender la búsqueda de la última realidad sin concesiones a los propios deseos o gustos o, dicho de otra forma, el Tantra-yoga se propondría a las personas de esta época como una alternativa al no poder seguirse otras vías que requieren mayor disciplina, esfuerzo y autocontrol.

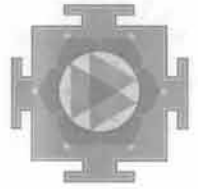
Pero hay que decir ya que el tantrismo es una disciplina a medias, porque tiene que apoyarse en principios y métodos que son de otras vías liberatorias y que, además, el Tantrayoga no es en si mismo un yoga completo. Aunque no cabe duda, asimismo, de que es posible utilizar la vida misma, sus placeres y sufrimientos, como instrumento salvífico o liberatorio. Todo depende del grado de consciencia, de la actitud y de la motivación del individuo.

Para un pashu o "aborregado" los acontecimientos son vívidos mecánica, ciega y compulsivamente, pero el vira o "héroe" puede confrontarlos yóguicamente y estimular a través de ellos sus potencias mentales y ponerlas al servicio de la búsqueda de lo inefable. Al pashu la pasión puede extrañarle, cegarle o desvitalizarle, pero al héroe la energía de la pasión, correctamente instrumentalizada, le ayuda a ir más allá de la mente ordinaria y a utilizar dicha energía como un medio para mover el eje de la mente y obtener un tipo de percepción-visión diferente.

La pasión que para la persona común es condicionante, para el tántrico debe ser descondicionante. O sea, se puede vivir la pasión maquinalmente o desautomatizadamente. La diferencia estriba en si se vive con ciega identificación o si se logra mantener la actitud de desapego y atención consciente adecuada. Así como el asceta apartaba o evadía el deseo o luchaba desesperadamente contra el mismo, el tántrico lo potencia y lo utiliza. El tántrico se maneja con instintos, emociones y pasiones. Al fin y al cabo, la pasión es una poderosa energía que procede también de la Shakti, puesto que esta crea y recrea los vastos universos con esa energía.

Pero si bien la pasión no debe ser combatida o apagada, también debe atraparnos de modo tal que la consciencia se eclipse o la voluntad deje de operar. El desafío al que se enfrenta el tántrico es servirse de la pasión y no servir a la pasión o, dicho de otro modo, vivir lúcida y desapegadamente la pasión y no ser vivido por día. La empresa no es fácil. Por eso requiere una preparación especial y no es un tántrico el que efectúa algunas técnicas del tantrismo o sigue el maithu-





na (relación erótico-mística), sino el que de verdad mantiene la actitud tántrica.

Si bien aquello que vela puede desvelar, también es cierto que puede aún velar más. La energía de la pasión procura poder, pero también lo quita. En la senda del Tantra las desviaciones son frecuentes y se producen con demasiada facilidad. Hay quienes de verdad son tántricos y quienes se pretextan en el Tantra para desfogar su pasión no tántricamente. Por eso hay que decir que el Tantra es una definida práctica liberatoria, como todas, para pocos y serios.

Hay numerosas técnicas tántricas, entre ellas algunas complicadas visualizaciones, para que el subconsciente reaccione y así poder modificarlo u ordenarlo. El tántrico se enfrenta al miedo, la repugnancia y el deseo para sobrepasarlas, del mismo modo que uno se afinsa sobre una roca para ir más allá de la roca. La pasión, por ejemplo, es un medio, no un fin.

Los tántricos no suficientemente evolucionados se sirven de técnicas litúrgicas y de la utilización de yantras (diagramas esotéricos) y ceremonias mágicas, pero el tántrico avanzado puede prescindir de los externalismos y servirse no del sacrificio externo, sino del interno, o sea, de la meditación.



Ejemplo de un yantra

Se trata de poder acopiar energías suprafísicas e ir accediendo a experiencias o vislumbres más allá de lo cotidiano. El tántrico aprende a ver lo cotidiano y lo que lo cotidiano oculta, como si una persona pudiera ver a la vez los dos Lados del espejo. Hay una realidad aparente y una realidad trascendente. Por la primera el tántrico sabe llegar a la segunda, en tanto muchas personas se estrellan contra las apariencias de los fenómenos y no logran ver nada más allá de las mismas.

A través del goce mundano se anhela desencadenar el gozo espiritual. El goce es sensorial y depende de las experiencias de los sentidos; el gozo es anímico y brota en uno mismo. El goce es contingente, pero el gozo es más seguro y estable. El tántrico es ambicioso y aspira al gozo supramundano, ananda, una dicha que no es posible rescatar en los placeres sensoriales. Pero el tántrico se apoya en esos placeres para catapultarse hacia placeres más místicos.

Ni que decir tiene que para muchos buscadores de otras vías todo esto es una falacia o subterfugio, pues alegan que es imposible apagar una hoguera, la del deseo, añadiéndole más leña.

No hay más elevada inspiración para el tántrico que su ideal de la Shakti o diosa. Ella es la dama que da y quita la vida, que otorga gracia u oscuridad que "juega" con las criaturas como la tempestad con la nave. Ella incluso produce los torbellinos de la mente, esos mismos que hay que ir controlando para poder sentirla en lo profundo y silente de uno mismo. Al tratar de inhibir los torbellinos mentales, el yogui ya está en combate abierto con la Shakti, porque esta es movimiento y dinamismo, y el yogui pone los medios para conseguir la detención y la calma. Por eso se ha dicho siempre que el yogui actúa en cierto modo contra natura, aunque no es una expresión afortunada y sería mejor decir que lo hace contra-mecanicidad.

La Shakti es la madre, la diosa, la amante primigenia. Como una descomunal araña, emite y reabsorbe en si misma el universo. Ella vibra en cada átomo y está en todo lo animado e inanimado. El tántrico es su devoto, su sirviente, su

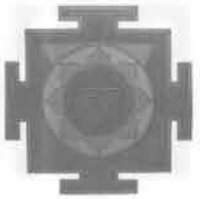




admirador profundo, pero presenta batalla a la Shakti en cuanto que trata de no dejarse fascinar por ella hasta la obnubilación, sino de vivir conscientemente los fenómenos que ella recrea. Por poner un ejemplo, es como si dos personas asisten a ver una película y una de ellas se identifica tanto con la acción de la pantalla que se olvida de si misma, en tanto la otra, de un modo hiperconsciente, mantiene en todo momento la presencia de si. La segunda sería en este caso la tántrica.



El carácter siempre dinámico de la Shakti queda representado incluso en la cópula mística, ya que la Shakti, o mujer, se sienta a horcajadas sobre el hombre y toma la parte sexual activa. Ella no es, pues, la fornicada, sino la que fornicica.



Hada, maga, demiurga, empedernida jugadora con el universo, creadora, tal es la Shakti. Es la sustancia primordial siempre en expansión hasta que llega la época o el momento de la disolución. Entonces ella reabsorbe todo el universo sobre si misma y lo manifestado retorna a lo no manifestado.

Ese juego lo representa el yogui, pues lo manifestado es la mente ordinaria con todos sus procesos pensantes y él trata de acceder a la mente quieta, situándose en la fuente o antesala del pensamiento, donde se deleita el vacío primordial.



Hay definidas técnicas de meditación para remontar la corriente del pensamiento y ubicarse en la no-mente, allí donde hasta la Shakti pierde su poder dinámico. Por algo se ha dicho que el yogui aprende como nadie el arte de la completa detención: detención fisiológica y mental. Así gana la batalla a lo dinámico, que es la Shakti.

Conceptualmente todo ello pierde parte de su valor, que se recobra cuando se vive a través de la experiencia interna. Es curiosa la ambivalencia del tántrico que vive sin desgarramiento, o sabiendo conciliar los opuestos, porque por un lado es devoto de la diosa y por otro guerrea contra la diosa; porque por una parte la diosa es su máxima fuente de inspiración y por otra trata de ir más allá de la diosa, que es la que le cierra el camino y a la vez debe abrírselo.



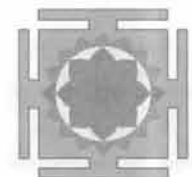
De hecho, el tántrico trata de seducir a la diosa y hasta cierto punto, de engatusarla para que ella, que tiende a crear confusión con su Universo fenoménico, pueda también abrir una vía hacia la última realidad. La diosa es poder y el tántrico trata de usurparle o robarle parte de ese poder. La diosa es energía y el tántrico quiere parte de esa energía para abrillantar la consciencia y seguir un camino directo hacia la liberación espiritual.

La relación, pues, entre el tántrico y la Shakti es curiosa y paradójica, siempre ambivalente. No es ni mucho menos la actitud del devoto que rinde ciega obediencia a la diosa, o la Virgen y espera todo de ella sin ganárselo o tomándolo incluso por asalto. Por eso el tantrismo no es, como se ha creído, un camino de devoción, aunque pueda haberla, sino una vía de guerreros espirituales donde el buscador se rebela contra su creadora y trata de robarle poder, porque se trata de invertir las mismas potencias que nos han conducido al miserable samsara, universo fenoménico, para emerger del mismo a través de ellas.

Por eso el tántrico ama incondicionalmente a la Madre, pero también evita plegarse a ella. Ella le proporciona igualmente mucho placer y mucho dolor. La Madre es un lado del andrógino, luego es incompleta y el que sólo venera a la Madre está a medio camino de la liberación. Por un lado del andrógino hay que llegar al otro lado y recuperar en sí mismo el androginito espiritual.

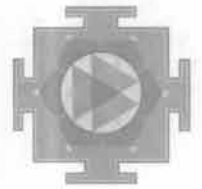
Pero la Shakti es la mujer cósmica que crea -y destruye- el tiempo y el espacio y que se instala en el individuo como una mente-ego densificada que hay que transformar. Nunca debe olvidarse que el tantrismo es transformación, que el tántrico afirma la materia para ir más allá de la materia y que concibe a la Shakti con forma pero para ir más allá de su forma y poderla vivir en último grado sin ningún tipo de atributos.

Como he escrito en otros libros, el tántrico vive como la Madre pero para convertirse en el Padre, o sea, se apoya en lo fenoménico y transitorio para llegar al ser permanente y no

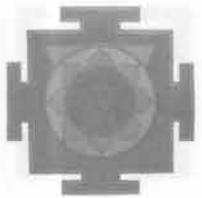




fenoménico. Porque hemos entrado en el samsara mediante la Shakti tenemos que salir de él mediante la Shakti. Pero tiene que haber una inversión de fuerzas. Esta inversión la aplica el tántrico a los valores tradicionales, los métodos y la actitudes e incluso los tántricos no abstinentes sexuales llegan a reinvertir el semen. Hay, pues, una inversión de todo lo establecido y un continuo sondear en lo aparente para hallar el sustento de lo externo.



La Shakti es la enjundia del Universo y el tántrico paladea su sabor en todos los fenómenos. En todo fluctúa la Shakti, pero el sustrato de la Shakti misma es la quietud reveladora. Esa quietud también gusta de hallarla el tántrico en la cópula mística, Shaktizando a su consorte sexual y tratando de desplazarse de lo dual a la unidad.



Hombre y mujer tántricos se entregan a un prolongado juego amoroso para conciliar las potencias masculinas y femeninas en una suprapotencia liberadora. Es una escenificación de la cópula primordial: el ser y la Shakti interpenetrándose para generar los vastos universos.



La vía del Tantra es también la senda de la Kundalini. O sea, la senda de la sabiduría. Como dice el viejo adagio, existen muchas laderas para llegar a la cima de la montaña. El Tantra es una de ellas, pero no la más fácil, como equivocadamente se ha creído o se ha querido creer.



La selva sensorial está llena de trampas. Sólo el que ha desarrollado mucho su percepción puede descubrirlas y evitarlas. Pero si el buscador empieza a caminar por la jungla de lo fenoménico es para llegar a alguna parte. ¿A dónde? A Shiva, es decir a lo absoluto o inefable. Pero Shiva merece un capítulo aparte.

Capítulo III

En busca del ser

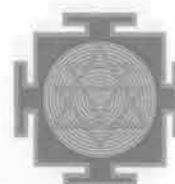
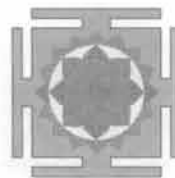
Shiva es el señor de los yoguis. Shiva es el sustrato del universo y la pantalla cósmica en que la diosa o energía celebra su película de fenómenos y creaciones vitales. Sobre la pantalla quieta y sin límites que es Shiva se celebra el juego cósmico y la Shakti, con su energía dinámica y cinética, crea y recrea todos los fenómenos, vibraciones, formas y elementos de lo más sutil a lo más burdo.

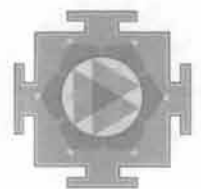
Shiva es un término que puede traducirse como lo Absoluto, la Mente Única o el Ser o Ser Supremo. Es lo incondicionado, ilimitado e intemporal, que en el ser humano se individualiza como el "testigo" o ser real, la naturaleza genuina. Pero vayamos por partes.

Shiva es energía estática, a diferencia de Shakti que es dinámica. Shiva es el sustrato quieto cuya energía, al manifestarse lo absoluto, es la que conforma el universo. Shiva es inconmensurable, imperturbado e ilimitado. Es no-movimiento cuando está no manifestado. Es el punto, bindu, del que todo emana. A través de su energía, Shakti, construye y destruye, origina el universo y luego lo reabsorbe o disuelve. Se le considera el signo más allá del signo. Es la conciencia pura y está más allá del todo o nada.

También se le denomina la Conciencia. El ser humano le da atributos, pero él está más allá de cualquier atributo o cualidad limitativos. Es el Señor del Tiempo. Es el que no muda, el Uno-sin-dos. Pero las palabras no pueden definirle, como los pensamientos no pueden pensarle, porque él está más allá del pensamiento. Se deja concienciar no a través del pensamiento, ni la mente ordinaria, sino en la fuente del pensamiento y precisamente cuando cesan todos los torbellinos mentales. Por eso el tántrico trata de acallar la mente, incluso con la cópula mística, para experimentar el ser.

En la relación sexual sacralizada el hombre adopta el papel del ser inmóvil y la mujer el de la Shakti en movimiento.





El ser es lo quieto; la diosa es lo que se mueve. Son los dos lados o complementos de una misma realidad suprema. Son el androginato divino. Pero cuando llega el momento de que el ser se manifieste y el universo surja del punto creativo (bindu), entonces Shakti se desgaja de Shiva y da comienzo a la creación. El universo es el hijo de Shiva y Shakti. Ya veremos que los consortes tántricos tratan de homologar y reproducir la cópula cósmica buscando el hijo del espíritu.



Shiva

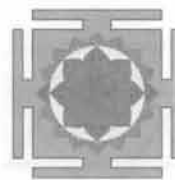
Shiva, pues, es el andrógino, bisexual y transexual. Resume en si mismo todas las potencialidades. Cuando se despliega manifestándose lo hace a través de su energía o Shakti. Esta energía va conformando escalonadamente los elementos desde lo más ultra-sutil a lo más burdo. Se dice incluso que Shiva sin su Shakti es un cadáver, como el tántrico sin su consorte carece de energía hasta que logra el androginato interior y puede prescindir de mujer externa.

Así como Shiva es uno y no varía, la Shakti adopta todas las formas: es misericordiosa o violenta, sumisa y aguerrida, amorosa o implacable, benevolente y destructiva. Del acoplamiento de Shiva y Shakti, el ser y la energía, brotan todos los universos y todas las formas y vibraciones. Shiva y Shakti están presentes en todo. El primero como "testigo" imperturbado; la segunda como energía que no cesa de hacer Uno es quietud y la otra actividad. Son los complementarios perfectos. Shiva se manifiesta gracias a la Shakti; la Shakti halla un apoyo en Shiva. Shiva y Shakti, antes de la manifestación, son una unidad. La polarización surge con la manifestación de los fenómenos.

El tántrico trata de conciliar en si mismo al ser y la energía y lograr el androginato liberatorio. "Trabaja sobre la energía para llegar al ser", eso es el Tantra. Es la vía del retorno, la vuelta al origen primordial que representa la única felicidad verdadera y estable. El paraíso no es para después de la vida; se puede ganar en la vida misma y se reconcilia uno y se reconoce al ser que nunca se dejó de ser.

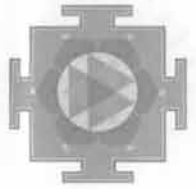
La introductora a ese ser no es otra que la Shakti. Vela, pero desvela. Si conquistas a la Shakti o energía, encuentras el pasadizo glorioso hacia el ser.

Lejos del ser todo es insatisfacción y dolor. En el ser reside la paz sublime. Todo buscador peregrina en pos del ser, como quiera que este estado supremo e inefable se denomine. Como dicen los Upanishads, "Lo que hay que descubrir no es la respiración, sino lo que hace posible la respiración; no es la vista lo que hay que descubrir, sino lo que hace posible la vista; no es el pensamiento lo que hay que descubrir sino lo

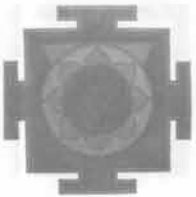




que hace posible el pensamiento". La respiración, la vista, el pensamiento y todas las otras funciones son la Shakti, y tras la Shakti o energía, que es lo dinámico, está el ser, siempre imperturbado, testigo inafectado.



Por falta de sabiduría, el individuo identifica su testigo con los fenómenos externos y las propias actividades psicofísicas y, al convertir al espectador en el espectáculo, comienza la identificación ciega y la servidumbre espiritual y mental. Hay que instalarse en el testigo y no identificarse. El tántrico trata de hacerlo incluso durante la relación sexual y más aún: incluso al morir. Establecido uno firmemente en el testigo, los fenómenos no implican ni perturban. Pueden ser dolorosos, pero se impersonalizan.



En el ser humano moran Shiva y Shakti. Shiva habita como el testigo imperturbado, el contemplador incoloro e inafectado. Shakti lo hace como la energía que se divide en Prana o fuerza vital y Kundalini o semilla espiritual y es la responsable de todas las actividades físicas, mentales y emocionales del individuo.



Pero el ser humano vive inmerso en esas actividades, cuitas y deseos, férreamente identificado con ellas, de espaldas al sustrato que hace posible todo ello y que puede mirarlo sin implicarse. Es el ser o testigo. Si el tántrico afronta todo tipo de situaciones y se enreda incluso en lo más fenoménico, sin excluir la pasión, es como medio para poder mantenerse instalado en su testigo pudiendo hacer sin hacer y apasionarse sin apegarse.



Pero, como dice el adagio, "una gota de miel siempre endulza el paladar" y por ello el tántrico debe ser especialmente cuidadoso para no generar apegos que encadenan. Y otro adagio, no menos significativo, reza: "Hasta un hilo de seda puede quitarte la vida ahorcándote". O sea que el deseo no transformado puede arriesgar la vida espiritual del buscador.

El Ser, Shiva en el ser humano, es la luz de la consciencia, que ilumina y se auto-ilumina, que asimismo reconoce lo iluminado. Representa el núcleo ontológico de la persona o su esencia más íntima. Es la naturaleza real a la que hacen refe-

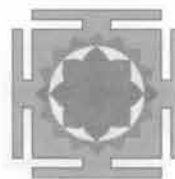
rencia los yoguis y porque estamos identificados con los procesos pensantes, que generan avidez, odio, tiempo-espacio y demás categorías, no vivenciamos nuestra naturaleza real.

Cuando los torbellinos mentales son suprimidos, nos establecemos en nuestro silente ser interior Shiva, que es la consciencia pura o inafectada; se individua en el ser humano como la clara consciencia que hace posible la consciencia o capacidad de darse cuenta y percibir. El tántrico desarrolla la consciencia en el juego de la vida y la utiliza como pértiga para encaramarse a la Consciencia. Aunque los conceptos son conceptos y las palabras, palabras, no nos queda más remedio que recurrir a ellos.

En el principio, y ya este término es confuso, es el vacío primordial o lo no manifestado. Se manifiesta como consciencia pura y energía. La consciencia pura se individualiza en el ser humano, como el "testigo" o clara consciencia, lo hace en la fuente del pensamiento. La Shakti o energía se individualiza como fuerza vital, Prana, energía espiritual, Kundalini, y todas las actividades psicofísicas, incluida la consciencia. Pero al desarrollarse en alto grado la consciencia y al viajar a la fuente de los pensamientos, se conecta con la consciencia clara o "testigo" siempre gozoso e inafectado. El reconocimiento supra-consciente del "testigo" conduce a la liberación o iluminación y la persona se convierte en un denominado liberado-viviente, en cuya mente no hay ego en el sentido ordinario, ni el sentido de hacedor, ni ofuscación, avaricia u odio. Es la paz profunda e inefable, lo único que realmente es felicidad.

Todas las técnicas del yoga tratan de aproximarnos a esa naturaleza real, que es lo que también pretende el tántrico con sus particulares medios de acción espiritual y que son, además de los yóguicos tradicionales, otros más heterodoxos, como la instrumentalización del disfrute, las prácticas esotéricas, los ritos iniciáticos y la relación sexual sacramentalizada.

El término realización quiere decir hacer real lo que nunca dejó de ser tal. Lo real entre lo real es el ser, lo más primigenio. Todo buscador, lo defina en unos u otros términos, es





un buscador del ser y en ese largo peregrinar hay mucho de insatisfacción y penumbra, hasta que el ser empieza a ser aprehensible. El buscador busca, precisamente, porque algo le falta. Es la suya la vía del retorno, la vuelta al origen del que partió. Si el ser fue convirtiéndose escalonadamente de lo más ultra-sutil en lo más burdo, el buscador va haciendo el camino a la inversa, de lo más burdo a lo más ultra-sutil.



Por eso el tántrico se apoya en la corporeidad y en los fenómenos para emprender la escalada. El área más baja de la pirámide es el cuerpo, y la corporeidad es apreciada y regulada en el tantrismo.



El Hatha-yoga o yoga psico-fisiológico es un yoga tardío y tantrizado, donde se opera no sólo sobre el cuerpo y la mente, sino de modo muy especial sobre la energía. La energía es poder en tanto que proporciona la fuerza para dar el gran salto en la consciencia y sobrepasar la ordinaria condición humana de la mente.



Cuando el Kundalini-yogui conduce la energía Kundalini hasta el centro más elevado, el Loto de los Mil Pétalos, allí se desposa la Shakti o energía con Shiva o el ser, y se celebra la unión mística y la reintegración del androginato espiritual, lo que representa la inmersión en el origen y la liberación definitiva. Este trayecto es largo, arduo, sinuoso y prometedor. El aprendiz trata de convertirse en un guerrero espiritual para poder intentar recorrerlo, y el que consigue recorrerlo con éxito es el vira, héroe, que se convierte en divya, santo, iluminado, realizado.



En todo ser humano, pues, hay una consciencia real o shivaica, que es el testigo inafectado, el veedor imperturbado. Recuperar y reconocer esta consciencia es lo que invita a la búsqueda interior y todas las técnicas, incluida la erótica mística, se proponen como ganzúas para abrir el portón hacia el ser. El ser o Shiva en uno mismo, que es dicha-conocimiento, está velado por todas las actividades psicofísicas, incluido el ego, que son el resultado de las evoluciones de la Shakti o energía.

El ser humano es como un punto rodeado de círculos. El punto nuclear u ontológico sería el ser y los círculos las deno-

minadas por el Vedanta, vainas o envolturas: cuerpo mental, cuerpo emocional, cuerpo energético y cuerpo físico.

Vivimos tan identificados con las envolturas que hemos perdido de vista nuestra naturaleza real. Pero retirándonos del cuerpo físico y de los otros cuerpos, es decir, desidentificándonos de ellos, podemos instalarnos en nuestro Si-mismo y alimentarnos con su néctar de plenitud y paz profunda. Es lo que pretenden los místicos de todas las épocas y latitudes desarrollando la visión interna y pudiendo conectar con el ser que mora en la cueva del corazón.

En este sentido, el tantrismo sigue sus propios principios y métodos. Reconocer vivencialmente nuestro ser es liberarnos, porque si nos fundimos con él quebramos los grilletes de la ilusión cósmica y nos damos cuenta de que somos lo que nunca hemos dejado de ser, aunque hayamos creído lo contrario. Es como el actor que se enajena y se cree el personaje que interpreta, pero un día recobra la razón y descubre su propia identidad, que nada tiene que ver con el personaje interpretado.

Pero para penetrar en la naturaleza iluminada de la mente, más allá del alambicado pensamiento ordinario, el buscador debe llevar a cabo un trabajo de desarrollo de la consciencia, purificación, reorientación adecuada de las energías y, sobre todo, despliegue de la sabiduría mística y liberatoria. Si el tántrico, con sus peculiares métodos, trata de lograr una ruptura del nivel de consciencia, es decir, hacer una fisura en el muro de la mente petrificada, es para poder hallar una vía hacia el ser. Si el tántrico trata de acopiar la mayor cantidad de energía y aplicarla como un rayo láser es con la finalidad de lograr un canal hacia la consciencia iluminada que habita en uno mismo y a la cual el hombre común da la espalda.

La consciencia presente, bien despierta y enderezada, al situarse más allá de la dinámica mecánica de la mente lo que entendemos por charloteo mental o pensamientos que nos arrebatan, persigue la actualización del "testigo" inafectado que no se identifica ni implica. Esta consciencia presente el en Tantra-yogui, la cultiva meditante la meditación, la atención





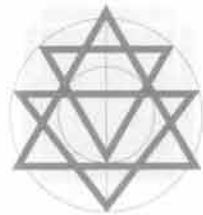
en la actividad y, si no es abstigente sexual, mediante la relación sexual tántrica. Así mismo, se esfuerza por mantener el “testigo” inafectado y ecuánime a pesar de sus variaciones anímicas o fluctuaciones emocionales, observando sin reaccionar los procesos psico-mentales y viendo, con desapego, cómo las emociones más diversas se suceden y cómo los ánimos fluctúan.



Es como el observador inafectado que se sienta a la orilla de un río y ve pasar sus aguas: unas veces crecidas y otras menguadas, unas veces arrolladoras y otras apacibles, unas veces turbias y otras claras. O como la persona que desde la cima de una montaña observa una contienda en el valle, pero la misma no le implica. Es la búsqueda de otra dimensión de consciencia la que emprende el tántrico. Considera que lo que es se sustenta sobre lo que realmente es. Se requiere que la consciencia contraria se expanda y conecte con esa energía que todo lo anima, el poder de la Shakti, para desde ahí desplazarse más allá de esa energía.



La Shakti es la parte visible; el Ser, la no visible. La Shakti es audible; el Ser, inaudible. La Shakti hace, el Ser es. Tratar de desarrollar el sentido de ser, y no de hacedor, es el trabajo del yogui. Hay una analogía muy significativa, que es la de los dos hermanos gemelos: Uno de ellos hace y el otro le observa. Uno se afana, ejecuta, se inmiscuye y actúa, en tanto el otro, a una corta distancia, siempre inafectado, le observa. Este observador es el “testigo”.



Otra analogía clásica es la de los dos pájaros sobre la rama de un árbol: Uno de ellos está mirando hacia el horizonte y el otro está mirando a su compañero. Las envolturas o vainas operan hacia el exterior, pero el “testigo” las observa.

Sucede, empero, que la mayoría de los seres humanos tenemos un paupérrimo umbral de consciencia y más paupérrimo aún de auto-consciencia. Pero para escalar a las cimas de la consciencia y recuperar la reveladora supra-consciencia el tántrico emprende una senda que por un lado requiere la actualización de la consciencia y de la Kundalini y el enfrentamiento abierto con las pulsiones del subconsciente. La



práctica a seguir es denominada sadhana o entrenamiento espiritual. Sin sadhana no hay avance posible en la senda de la búsqueda.

El sadhana es el método. No basta con saber a dónde se quiere ir, sino también contar con el vehículo para desplazarse a este punto. El sadhana es el vehículo, es la praxis para desplazarse de la ignorancia a la sabiduría, de la servidumbre a la libertad.

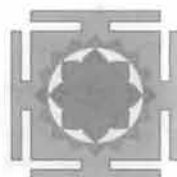
El sadhana hace posible la actualización y el despliegue de la energía Kundalini. En el sadhana tántrico juega un papel destacado el yoga, porque el yoga es método y por eso sus técnicas psico-fisiológicas y sus métodos que inducen al trance, han sido incorporados por todos los sistemas liberatorios no sólo de la India, sino de Oriente.

Como el tántrico revaloriza tanto el cuerpo y las energías, los métodos yóguicos le vienen de maravilla en tal sentido, ya que el yoga es también la reunificación de las energías despiertas.

Ningún método liberatorio de la India ha podido prescindir de las técnicas psico-mentales o psico-fisiológicas del yoga. Toda filosofía sin método se convierte en papel mojado o, en el mejor de los casos, en una divertida pero inútil acrobacia intelectual y metafísica.

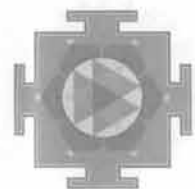
Buda declaraba que la mayoría de los seres humanos caminan de arriba abajo por la misma orilla y no cruzan a la otra, es decir; la del conocimiento.

Si el ser mora en la raíz o antecámara de los pensamientos, el Tantra dará la bienvenida a todos los métodos que favorezcan esa conquista sobre la Shakti o energía para penetrar en el ser. Me refiero al genuino Tantra y no a un Tantra degradado, lleno de supersticiones, métodos degenerados y prácticas mágicas y orgiásticas. Este segundo tipo de "Tantra" es un sistema de degenerada magia que no ofrece o no debe ofrecer el menor interés para el verdadero buscador, salvo que haya personas que lo que busquen es el milagrerismo, la fenomenología oculta y todos esos absurdos juegos de poder que son en si mismos anti-yóguicos.





En su sadhana, el tántrico introduce la gran novedad: la realización a través del disfrute, pero sabiendo bien que este disfrute, para que sea liberatorio y no encadenante, debe ser vivido asociado con el yoga o consciencia y autodomínio. Por eso el Tantra es bhoga: disfrute, y yoga: consciencia y autodomínio.



Claro que muchos pseudo-buscadores occidentales sólo han elegido el bhoga y han descartado el yoga, en su voraz afán por retro-alimentar placer excusándolo como un método salvífico, lo que es tan grotesco como falaz.

El sadhana del tantrismo se sirve de:

La práctica de ritos y ceremonias.

La visualización de yantras (diagramas místico-esotéricos) y mandalas.

La recitación de mantras o palabras de poder.

La meditación.

La acción consciente.

La erótica mística, si el buscador no es abstinentes sexual.

El ejercitamiento en el amor consciente.

La acción más desinteresada y renunciando a los resultados de la misma, que si tienen que venir vendrán.



Asimismo muchos tántricos recurren habitualmente a la práctica de las técnicas del Hatha-yoga y a métodos de visualización para la sobresaturación de energías.

Dedicamos más adelante todo un capítulo a las prácticas propias del sadhana tántrico. El tantrismo se ha servido primordialmente de los métodos de los yogas tardíos o tantrizados (Ver "El yoga de la energía" del mismo autor, en esta editorial).



Forma asimismo parte de la práctica, con carácter medular, el culto a la Shakti, porque el tántrico pretende una Shaktización o energetización de todo y se sirve de la Shakti como fuente de energía y auto-poder.

Así como el yoga de Patanjali instrumentaliza a Dios o Ishvara, como medio de concentración y unificación mental, el tantrismo instrumentaliza a la Shakti como fuente de energía y poder.



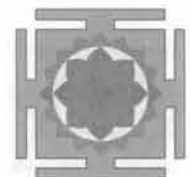
El tántrico aprende no sólo a manipular sabiamente sus energías, sino a purificarlas. Hay tántricos que a tal fin emprenden controlados ayunos, periodos de abstinencia total, acompañados de la contención mental o castidad de mente, retiros de meditación y demás. En la medida en que las energías son armonizadas es más fácil penetrar en el propio ser.

El devoto tántrico ordinario se entrega al culto a la Shakti y al sacrificio interior, en tanto que el buscador tántrico más evolucionado cambia el ritual externo por la meditación y el sacrificio exterior por las vías de interiorización.

El disfrute sensorial es el reflejo de un disfrute más hondo, porque la fuente de gozo reside en uno mismo y no hay mayor gozo que la experiencia del Si-mismo. El tántrico toma el hilo del disfrute para hallar el gozo interno. Siempre se retrotrae, en lo posible, a la fuente del pensamiento, a la consciencia-testigo. Si incluso las envolturas o cuerpos son dinámicos es porque la esencia se manifiesta como energía. Cuando sobreviene la muerte cada envoltura va a su plano correspondiente y sólo persiste el si-mismo. El tántrico incluso aspira a ser consciente de la desintegración o al menos disgregación de sus envolturas cuando sobreviene el proceso de la muerte.

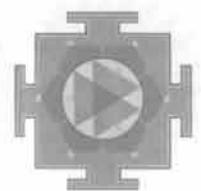
El tántrico trata de convertir el obstáculo en punto de apoyo para el avance espiritual. La pasión se vivencia sin ego, como una fuerza que fluye impersonalmente. La consciencia-testigo no se afecta. Las dificultades y vicisitudes son tónicos para entonar el ánimo y no factores para el abatimiento. Por el deseo se va más allá del deseo; por la pasión, al ser desapasionado; por la afirmación de la naturaleza y la materia, a lo que está más allá de la naturaleza y la materia. Al fin y al cabo, todo son reflejos de Shiva y si uno sabe cómo perseguir esos reflejos y dirigirlos hacia Shiva, uno se convierte en el Shiva que siempre fue. Es la gran paradoja mística: se trata de ser lo que nunca se dejó de ser.

El buscador tiene la añoranza amorosa de su estado de unidad con la Consciencia. Es un peregrino de vuelta al hogar





del que fue exilado. Ya que hay placer, se experimenta sin dejarse atrapar por él, sin apego. Entonces el placer no debilita, sino que reduplica las potencias. Ya que hay pasión, se experimenta, pero sin quedar extraviado en la misma, sino como un puente de energía hacia lo más alto. Ya que hay disfrute, se siente pero sin voracidad.



El rito, efectuado conscientemente, es una transustancialización. La utilización de mandalas y yantras es un medio de cosmización de la mente y de expansión. La recitación del mantra permite invocar-evocar-convocar a la presencia más elevada. La ceremonia tántrica del nyasa, que consiste en imposiciones de manos en el cuerpo de una persona a la vez que hay una recitación de mantras, es para cosmizar dicho cuerpo, sea el del amado o amada u otra persona.



La ceremonia de los cinco elementos prohibidos, prohibidos para los ortodoxos, entre ellos consumir carne y alcohol y la sexualidad, es una intencionada transgresión consciente para transustancializar y cosmizar dichos elementos.



La cópula sexual-mística es también un medio de transustancialización de los cuerpos, energetización y cosmización. Apoyándose sobre la materia o sustancia primordial, el tántrico quiere saltar más allá de la materia, sacándole su energía y poder. El objetivo o diana es Shiva, el ser que reporta existencia-consciencia-dicha. Cuando se quiebra la identificación ilusoria de Shiva con los cuerpos o envolturas se consigue la emancipación definitiva.



El tántrico no niega lo material, sino que lo afirma y por lo material y su poder llega a lo inmaterial y sin forma. La atención y la ecuanimidad son sus mejores aliados, porque mantienen la clara consciencia en el torbellino de los fenómenos. Si la consciencia se obnubila, el guerrero espiritual pierde la batalla. La contienda es la vida misma, con sus altibajos, vicisitudes, encuentros y desencuentros, aciertos y desaciertos. El "veedor" contempla con su visión inafectada y mira sin reaccionar. Al final, los dos lados de la esfera, Shiva y Shakti, deberán volver a integrarse para hallar su gloria en el andrógino, o sea, en la unidad-sin-dos.

Capítulo IV

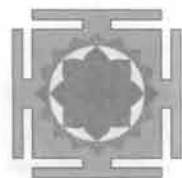
Shakti, el poder de la energía

Reza el antiguo adagio tántrico: "Por lo que unos van al infierno, otros van al cielo."

Porque el tántrico aprende a instrumentalizarlo todo para potenciar energías y evolucionar conscientemente. Y en la vía del Tantra se utiliza el poder que es la energía. Este poder no es para manipular a los otros sino para guerrear con uno mismo y avanzar en la ruta hacia lo absoluto.

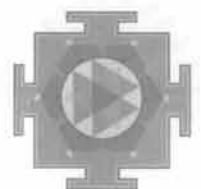
En este sendero que diligentemente hoyo el tántrico, en su intento de tomar el cielo por asalto y ganar su ser, la Shakti tiene que convertirse en aliada. Esa hechicera y demiurga que es la diosa, engatusadora y fascinante, tiene que tornarse la custodia del guerrero espiritual, su auxiliadora, su fuerza, su inspiración y su barca para cruzar de una a otra orilla. El tántrico vivencia a la Shakti en lo que piensa, dice, hace. La Shakti vibra y respira por él, siente a través de él, vive en él. Como declarase el gran místico y yogui Ramakrishna: "A lo que otros llaman Dios, yo denomino la Madre."

La Shakti es la todopoderosa, múltiple y variada energía. Crea y recrea mundos y fenómenos. Es la materia primordial. Da y quita la vida. Es la madre en cuya matriz cósmica tienen origen todos los vastos universos. Con su energía dinámica anima las estrellas, las montañas, los campos, los océanos y las junglas. Hace y deshace las galaxias. Compone y recompone la vida. Es todopoderosa: a veces construye, a veces es implacablemente destructiva. Está en su naturaleza expandirse, crear y recrear, construir y destruir para volver a construir. Es la dueña del tiempo, la diosa bicéfala con una cabeza de misericordia y otra de violencia, la angelical y la terrible, señora de la noche pero también del amanecer, la dueña de la mente y del cuerpo, la señora del corazón, la vibración de la vibración, y ella está tan próxima a uno como la propia yugular.





Para los yoguis es el hada blanca que reside en chakra de la garganta. Ella insume todos los aspectos y en si misma reconcilia los opuestos. Es la Shakti o energía la que conduce al ser o Shiva. Es la fuerza de vida. Es, por ello, el deseo, y conforma el ego y el pensamiento.



Pero sólo perdiendo el ego o menguándolo ganamos el ser. El ego nos impulsa a sufrir y gozar, divertirnos y aburrirnos, pero no procura felicidad. Lo que es contingente nunca puede proporcionar real felicidad.



La Shakti es el misterio, es el secreto. Su danza es impresionante y a cada giro crea y destruye. Sus hilos son poderosos e invisibles. Su aliento es nuestro aliento. Hay que conquistar a la Shakti en uno mismo. No se la puede mutilar, sino aprender a seducirla, robarle su poder y energía, ponerla de nuestro lado. No se trata de matar la Shakti, sino de convertirla en aliada. Por eso el tántrico no mata el deseo, que es Shakti, sino que lo canaliza y transforma. Al operar la Shakti en la mente la consciencia se contrae y se densifica. Entonces el ser no se manifiesta. Es necesario ir más allá de la mente ordinaria, sobrepasar la consciencia común y hallar la condición de la consciencia expandida.



Se dice que justo en el centro del tornado hay un espacio de quietud, como justo el eje de la rueda es lo más inmóvil. Es en la consciencia-testigo, que no reacciona ni se implica, donde está ese espacio de quietud reveladora. El secreto está en poder poner a la Shakti de nuestro lado, en aprovechar su corriente creadora y constructiva y no dejarse arrebatar y arrojar por su corriente destructiva. Se conquista a la Shakti a través de la consciencia clara, la atención despierta y la ecuanimidad. De los dos hermanos gemelos del símil, uno de ellos es un títere o marioneta en manos de la Shakti, pero el otro saber permanecer a buen recaudo.



Toda vibración es Shakti, todo color es Shakti, toda vibración es Shakti, toda palabra es Shakti, todo pensamiento es Shakti.

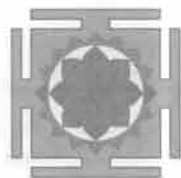
El tántrico es un caballero andante que se inspira en su dama, la Shakti. Es un trovador que canta a su amada, la

Shakti. Es un místico que anhela fundirse con su mujer cósmica, la Shakti. Es un peregrino que quiere llegar al regazo de la madre, la Shakti. Es un ebrio de amor que añora fundirse en abrazo cósmico con la mujer absoluta, la Shakti. Es un extraviado que espera hallar el camino correcto en la serenísima, la Shakti.

Como me decía en comunicación personal el profesor tántrico Filippani-Ronconi: *"Hay que percibir el sabor del mundo, que es la Shakti y, por tanto, la enjundia del universo. Y nada es posible sin el dominio del pensamiento, porque el pensamiento es ya la Shakti. El pensamiento es lo referencial y poseerlo es poseer ya a la Shakti. Hay que realizar la Shakti en su sede superior, allende el pensamiento y por tanto más allá del mundo."*

Pero la Shakti todavía es reflejo o contraparte del ser. Es el último velo para mirar cara a cara al Ser y fundirse en él. También me decía el profesor Filippani-Ronconi: *"Al ser conscientes del horror que hemos hecho de nosotros mismos, tanto espanto, tanto abismo y soledad, uno mira su propio rostro, vivencia hasta qué punto se ha traicionado y franqueando este umbral uno comienza a experimentar la Shakti. Primero es el eco de la psique (disolución o llamarada transformadora), pero lo importante es lo que sucede en el ser. Una cosa es el reflejo y otra la experiencia total. Lo terrible es la confusión."*

La Shakti se manifiesta antes que nada para el individuo, cuando niño, en la madre; "ma" es el mantra universal, el mantra de los mantras, el mantra de la madre. El niño anhela buscar refugio, consuelo y unión en la madre. Es la nostalgia del abrazo cósmico con la madre. La madre durante unos años sutura las viejas heridas, llena el hueco de soledad, "satisface" el ansia insatisfecha, pero luego el niño se hace adulto y la insatisfacción se torna más apesadumbrante y la nostalgia casi devoradora. El buscador experimenta en sus raíces mismas "la ineluctable pesadez del vivir", porque vivir sin la Shakti es un no-vivir desesperado, de sordo sufrimiento, de apenas mitigada soledad. La Shakti, como fuera la madre, despierta el amor más vehemente. Uno querría perder





su ego para constituirse en la esencia de la madre. Por no poder fundirse con la diosa, Ramakrishna estuvo a un paso del suicidio. ¿Qué buscador no anhela la Shakti, como quiera que la conciba? Sin la Shakti somos un desconsuelo viviente, un alma en pena, un vagabundo implorante del amor de la madre. Y el tántrico sale intrépido al encuentro de la Shakti, para vivir o morir, para ser en el ser.



Al amanecer, en Darjeeling, la ciudad nortea de la India, en el estado de Bengala y donde naciera Lawrence Durrell, escribí, en un frío pero translúcido amanecer, el siguiente texto a la Shakti:

"He visto, Madre, tu nombre en las estrellas y me he visto a mi mismo viajando por los espacios siderales a tú búsqueda, a tu encuentro. ¿Lo sabías, Madre?"



He visto tus ojos en la noche, como lunas espléndidas en el firmamento, y me he visto a mi mismo persiguiéndote a lo largo de los siglos, besando tus huellas, anhelando tu presencia. ¿Lo sabías, Madre?"

Esta mañana me he despertado con el alma agitada y he querido sentirte en mi carne, en mis esperanzas, en mis ansiedades. Te he querido hallar en cada duda, en cada aposento de mi mente, en cada instante. Te he sabido cerca y lejos, y te he implorado para que te dejaras sentir y vivir en cada átomo. ¿Lo sabías, Madre?"



Tú, Madre, la gran yoguini, la demiurga, la hechicera cósmica, eres mi eco de infinitud, mi piedra de la luna, mi néctar, mi veneno... Te imagino con la sonrisa de la aurora y con el olor de los jazmines. Tu gran matriz cósmica es tibia y dulce y el fuego de la madre tierra fulgura en tus ojos de claridad infinita. Me he soñado a mi mismo caminante por la Vía Láctea gritando tu nombre. Tu nombre es la melodía de mi mente. Madre es el mantra de los mantras; la palabra mágica, la palabra de tu abismo insondable."



El tántrico entiende y vive a la Shakti no sólo como energía, sino específicamente como energía femenina. Se insiste en el Tantra en que el mismo dios sin su diosa no puede manifestarse.

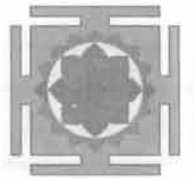
La Shakti es energía primordial, es la madre de los cultos pre-védicos, es la dadora de vida y la otorgadora de poder. Si todo disfrute, como todo dolor, proviene de los fenómenos que ella crea y recrea, ¿por qué renunciar al disfrute?

Por eso el tantrismo afirma la sustancia primordial o materia y, en lugar de rechazarla o negarla, se apoya en ella para trascenderla. La vida se torna en si misma método de auto-desarrollo.

Ante el placer y el dolor, el tántrico mantiene su firmeza de mente. Viene el placer, goza... sin aferramiento. Viene el dolor, sufre..., sin añadir sufrimiento mental inútil. Se sacraliza la materia; se santifica el disfrute. Se aprecia la unidad, aún en su inmensa diversidad, de la madre en todo. Así hasta lo más aparentemente insignificante adquiere su propio relieve o peso específico.

Esta es la senda sin senda del guerrero espiritual. No reprime su pasión, sino que la instrumentaliza y ennoblece. No gusta de la negligencia, la mecanicidad, los moldes establecidos, la moral convencional que nada tiene de moral. Desafía sus propias pasiones, se pone al borde del abismo sensorial, utiliza el poder de la Shakti no para insuflar su ego, sino para reeducarlo en el intercambio con la vida cotidiana. Hay un aprovechamiento de todas las potencias de la naturaleza. Se trata de despertar las energías larvadas y canalizarlas hacia el signo más allá del signo. Se va logrando la apertura de los centros de energía-consciencia y se recobran vislumbres de la última realidad.

La percepción del tántrico debe ser muy viva, muy intensa. El guerrero espiritual no se permite una mente mecánica y que se herrumbra con las experiencias repetidas. Estrena mente a cada momento y por eso no se permite jamás la mecanicidad en sus actos, y menos en la relación amorosa. Detesta la sexualidad hueca, mecánica, degradada y que desertiza. La sexualidad es una gran energía que hay que saber aprovechar. Se llega a la Shakti por los reflejos de la Shakti, pero siempre y cuando esos reflejos no despisten al que los percibe.





La Shakti, que es la espina dorsal del universo, tiene que desplegarse también con todo su poder por el canal central que corre en correspondencia a la espina dorsal del individuo. El séptimo loto o loto de la cima de la cabeza es una bisagra entre el individuo y lo cósmico. Al ir la Shakti despertando los centros de energía se consiguen modos muy penetrativos y sagaces de entendimiento.



El ego se rinde al ser Shakti y Shiva, la energía y el ser, deben desposarse en el séptimo loto y de ese maridaje brota el conocimiento definitivamente liberador. Los distintos poderes de la Shakti se instalan en el individuo a través de los diversos chakras.



El guerrero espiritual se inspira en la Shakti impersonal, pero el devoto común personaliza la Shakti y necesita ponerle forma. Si hay numerosas diosas es porque ellas son diferentes aspectos de la Shakti. La diosa en realidad es una, pero con innumerables expresiones. A veces es la protectora; otras, la aguerrida o feroz; otras, la misericordiosa y siempre auxiliadora; otras, la que destruye para construir.

El psicoanalista y médico Augusto Colmenares, especializado en tantrismo, me pasa el siguiente texto:

“El camino de la madre es el camino absoluto. Su poder está en todo. Es Sat-Chit-Anand: existencia, consciencia y goce. Es la suma de todas las categorías y sus frutos, resumidos en las diez supremas percepciones o poderes: asamahavidyas.

“Reconocida como Kli, es la señora del tiempo. Su hija mantra o simiente del mantra, es “krim”, que da lugar al griego Kronos, que confiere la vida como la muerte. En tanto que Tara, es la señora del espacio. Su hija “tram” ya nos sugiere que no hay tránsito posible sin ella.

Como Saraswati, “aim”, es la dueña del fuego y la palabra. Toda ignición e invocación así nos lo recuerdan. Mientras que Tripura-Bhairavi, cuyo nombre popular es Durga, “brim”, es la que trae (she brings, en inglés) los frutos en los tres reinos: físico, mental y espiritual que Bhuvaneshwari glorifica al devenir Tripurasundari (la tres veces maravillosa), cuyo hija “hrim” vibra en el corazón (de donde proviene la palabra inglesa heart).



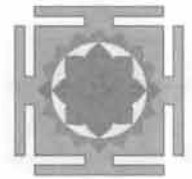
Vista como Laksmi es la dadora del sustento y la prosperidad, como una vaca sagrada que da abundante leche "late" y su hija "shrim" es el inyector de la vida ("syringe", jeringa, bomba aspirante impelente). Y está muy unida a Kamala, la Cupido, la seductora, la arrobadora, la deleitable y gozosa en la palabra "klim". Por eso también se las representa juntas como Malatmika. En su aspecto Kama es también cama; es decir, lecho, cauce y nido de todo goce y todo placer "hum" es el hija de Cinnamasta, como el zumbido, murmullo o rumor de Prana que discurre por los canales sutiles, especialmente el sushumna (nadi central). "hlim" es Bagalamukti, la que puede detenerlo todo y hacer de un instante una eternidad. Y "dhum" es Dhuvamati, la madre del caos primordial, fuente y raíz de todo lo que existe."

El tántrico confiere a toda la existencia un potencial femenino, es decir, Shaktiza o energetiza la existencia. Esta energía femenina está en todos, pero el tántrico la constela de manera especial en la mujer.

Aunque el héroe desarrolla la mujer interior y ya no necesita de una energía exterior complementaria, el aprendiz de guerrero y el guerrero a menudo se inspiran en la mujer porque esta es la reserva de energía femenina que pueden "tomar" para activar su propia energía femenina, como una candela puede ayudar a encender otra. Pero además el tántrico, para estimular sus potenciales femeninos, puede sentir como la Shakti piensa y respira en él y por él y visualizar a la diosa amando, sintiendo y haciendo en él.

La diosa está dentro y fuera de uno mismo y el tántrico reviste del carácter de mujer absoluta a aquella con la que intercambia ternuras y pasiones. Porque, como ya veremos, la mujer es fuente de feminidad alentadora y el tántrico se sirve de ese torrente de energía femenina para avanzar sin desfallecer en la senda hacia lo inefable.

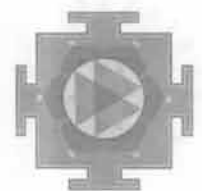
Cuando la gran mujer aparece en la vida del tántrico, puede convertirse en su maestra, aunque también puede estimular ilusiones turbadoras y perturbadores en el buscador y frenarle en su desarrollo.





La Shakti es también un arquetipo; ese eterno femenino que anhela todo buscador para restañar las heridas de su alma. Por eso la Shakti dispara la imaginación del sensible buscador y le despierta una irreprimible añoranza amorosa.

Recuerdo cómo se transfiguró la expresión del profesor de tantrismo Pio Filippani-Ronconi cuando hablamos sobre el tema. Dijo:



“¡Oh Durga, oh Kali, la diosa, ohhh! No me apremie a hablar de ella, porque es una cosa que no es una cosa. En tal sentido, prefiero callar. Recuerdo que estaba yo paseando por una calle de la ciudad india llamada Jodpur, cuando me deslicé por una callejuela adyacente y al pasar al lado de una celosía dirigí la mirada y vi a un brahmín celebrando el rito. Él me llamó, me pidió que me detuviera y dejó en mi boca un trocito del alimento ofrecido a la diosa y bendito por ella, y desde entonces, créame, no puedo hablar de ella.”



Tal es la fascinación que la diosa puede ejercer sobre el alma del que tiene propensiones tántricas y que halla una rara fascinación o hechizo en determinadas mujeres que embelesan su ser incluso a su pesar.

Pero así como el maestro realizado no sucumbre a los encantos femeninos, (uno de los maestros que conocí declaraba sin ninguna arrogancia: “No hay mujer que me descargue”), el buscador que todavía no es abstinente sexual entra en el juego de lo femenino y la buscadora en el de lo masculino, para retarse a sí mismo y poner a prueba su actitud de atención y ecuanimidad, así como la de desapego.



Con sensibilidad prodigiosa, el buscador puede percibir hiperconscientemente a su mujer absoluta o, por lo menos, a una mujer que resulta muy especial para él, porque tañe las fibras más íntimas de su corazón. Es como cuando Azorín nos habla de esas mujeres que pasan por nuestra vida y con las que ni siquiera cambiamos palabra, pero que al irse es como si se llevaran un trozo de nuestra alma. A veces, más que conocer a la persona que te atrae, es como reconocerla. Pudiera entre esos seres haber conexiones del pasado, como apuntan algunos lamas tibetanos.



Pero si la Shakti, en si misma, es sobrecogedora, también lo es la mujer que nos parece "tocada" por la Shakti. Mujeres especiales hay que despiertan al pronto un sentimiento tan profundo que uno no puede catalogar si es de agrado o desagrado: tal es su intensidad. Pero del mismo modo que la mujer y el hombre para la buscadora, puede ser un estímulo para la búsqueda, proporcionando una energía extra que viene muy bien al exhausto buscador, también puede la presencia del ser deseado causar una conmoción emocional que tiene más de desintegradora que de integradora.

A ese juego se presta el tántrico, en tanto que el renunciante no lo requiere y el asceta no se lo permite. Tan relevante puede ser el papel de la mujer, o sea, de la energía femenina para el tántrico, que algunos tántricos recurren a una ceremonia especial llamada chakra-puja que consiste en que un número de devotos se sientan formando círculo y en su centro se sitúan un tántrico y una tántrica. Así se simboliza un mandala cosmo-energético para despertar la energía Kundalini y enderezar la mente hacia lo Sublime.



Diferentes mudras con las manos





También los devotos recurren a los gestos rituales de los dedos de las manos (mudras), que colaboran en la creación de determinados estados mentales, o a la recitación mántrica o a las ofrendas.

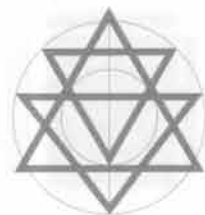


Pero en tanto algunos devotos necesitan el culto externo a la Shakti, otros sólo efectúan el culto interno a la Shakti que reside en el propio corazón. De hecho, cuando el hombre se relaciona con la mujer es para potenciar a través de ella el sentimiento de la Shakti interior. En un texto hindú puede leerse:

“Quienes adoran a la Shakti, ya sea regular o irregularmente, no están atrapados en el universo de lo fenoménico y sin duda son las almas liberadas.”



Aquí se sobredimensiona el papel relevante de la Shakti en la vía del Tantra. No olvidemos que en cada chakra hay una Shakti o diosa, que es la deidad femenina de ese chakra, y hay ejercicios para visualizar a la diosa correspondiente en el chakra. En cada centro de energía se venera entonces un aspecto de la diosa, porque ella es la otorgadora de gracia, la “ola de belleza”, la serenísima que da y quita la vida, la Matri o Madre que de todo protege, que es la Kundalini-misma yaciendo en el chakra-raíz. Ella hace posible que por el placer o bukti, se llegue a la liberación o mukti, si el buscador no se deja alienar por el sueño, a veces disparatado, de la existencia humana y sus insustanciales fenómenos.



El culto a la madre, upasana es el nombre que utilizan los hindúes, ha estado presente en innumerables pueblos y ha merecido especial celebración con motivo de la primavera o cuando se ha tratado de invocar a la diosa para que facilite las cosechas y enriquezca la tierra. Porque la diosa es la tierra, mientras que el ser está más allá de toda cualidad o categoría. La diosa o Shakti que es la sustancia primordial combina y alterna en si misma las tres fuerzas que rigen el universo: actividad, inercia y fuerza conciliadora. Si bien en su principio, antes del desdoblamiento que tiene lugar con la manifestación del cosmos, la consciencia (Shiva, Chit) y la energía (Shakti) son uno (tal es el andrógino o ardhhanisvara), al surgir lo manifestado la energía se torna la sustancia primordial.



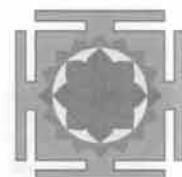
Cuando el ser humano identifica su "testigo" con el cuerpo y las actividades mentales y emocionales, entra en servidumbre y se produce la ignorancia metafísica, de consecuencias lamentables. En la oscuridad, empero, se puede justo hallar consuelo y guía en quien ha producido la ignorancia, o sea en la reina madre o Rajarajeswari que puede conducirnos con mano firme a través del océano de los fenómenos cambiantes.

Veremos que lo que el tántrico no renunciante hace, tanto si mantiene relaciones sexuales con su consorte o no, es incorporar a la mujer a su vida, sea por más o menos tiempo, para hallar en ella fuerzas extras para el penoso caminar hacia la trascendencia, y también porque la Shakti en la mujer puede ser como una "llama" para encender la propia Kundalini y asimismo el modo de conciliar y complementar en uno o en una, el animus-anima, o sea los dos lados del andrógino.

Pero hay tántricos que insisten en la necesidad de sólo amarse con la mujer en el astral y otros, más permisivos, en sólo mantener con ella cercanías físicas que no desemboquen en la cópula. Pero los tántricos más osados entran de lleno en la relación sexual sacramentalizada y para celebrar su boda interior, el desposorio del hombre y la mujer internos, ceden al acoplamiento externo y por esa cópula quieren también conformar el desposorio interior.

No hay buscador que hasta que no haya trascendido las pasiones del cuerpo y del alma no anhele el encuentro con su reina de Saba, ni buscadora que no lo ansíe con su Salomón. Pero si lo que esclaviza también puede liberar, el contrario no es una excepción y lo que parece que va a liberar puede convertirse en una servidumbre. Si el tántrico algo debe entrenar es su consciencia, y poder mantenerla a flote a pesar de las atracciones de los fenómenos existenciales. Aun cuando una atracción le tome, él debe imponerse a ella. De otro modo quedará inerme ante el objeto de atracción. Recordemos las palabras del califa de Abdedoba haciendo referencia a su amante:

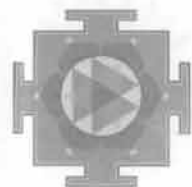
"No la amo porque sus labios sean dulces, ni brillantes sus ojos, ni sus párpados suaves; no la amo porque entre sus





dedos salte mi gozo y juegue como juegan los días con la esperanza; no la amo porque al mirarla siento en la garganta el agua y al mismo tiempo una sed insaciable; la amo sencillamente porque no puedo hacer otra cosa que amarla. Si yo pudiera mandar en mi amor quizá no la querría, pero a tanto no llega mi poder"

Hay devotos cuyo amor a la Shakti es tan encendido que se visten como mujeres y representan danzas a la diosa, como he podido ver personalmente en la sacrosanta ciudad de Puri. También he tenido ocasión de visitar un templo donde todos los oficiantes eran mujeres, un templo dedicado exclusivamente a la Shakti.



La Shakti se polariza en todos los elementos, del más sutil al más burdo, en escala descendente, pero hay tántricos que hacen un ejercicio de meditación-visualización llamado Bhutasuddhi que consiste en ir "escalando" de lo más burdo a la más sutil, llegando hasta la Shakti pura y de aquí saltando al ser o conciencia pura que se oculta tras ella. Este ejercicio consiste en ir visualizando el elemento tierra en el elemento agua, el elemento agua en el elemento aire, el elemento aire en el elemento fuego, el elemento fuego en el elemento éter, el elemento éter en el vacío y el vacío en el ser. Es un ejercicio de purificación de energías y de transmutación mental mediante el cual el practicante va "sutilizando" sus elementos.



En este afán por transustancializar la materia en el que tanto énfasis ponen algunos tántricos, existe otro curioso método denominado nyasa que consiste en ir imponiendo las manos en el cuerpo de la amada/o para ir transfundiéndose energía a la vez que se va recitando, mental o verbalmente, un mantra. Así se Shaktiza (energetiza) el cuerpo de la amada/o. Este ejercicio no sólo tiende a Shaktizar el cuerpo físico, sino también a conectar con el cuerpo sutil y potenciar la energía de los chakras. Consideremos que el sabor de la Shakti es el sabor del ser y la experiencia que tengamos sobre ella nos guía hacia la experiencia del si-mismo. Pero no siempre el encuentro con la mujer que "shaktizamos" va a ser fácil ni satisfactorio, sino que puede sumirnos en el desconcierto e incluso en el desatino. Por eso el profesor Filippini-



Ronconi, cuando le pregunté cómo aparece la Shakti en forma humana, declaró:

“Mirándola, que en buena hora aparecerá. En buena hora para ella, que en deshora para nosotros.”

La Shakti nos puede hacer sufrir y gozar por igual. No es de sorprender que las rosas guarden espinas. A veces el tántrico se debate en la ambivalencia control-abandono. A veces desea lo que teme y otras veces lo desea porque lo teme.

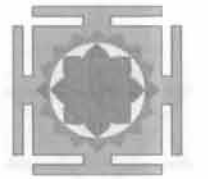
La pasión que una mujer puede desencadenar es como una bomba de relojería que no es fácil controlar. Cuando utilizamos la significativa expresión “perder el seso” podríamos añadir que a veces se pierde porque se pierde el dominio sobre el sexo.

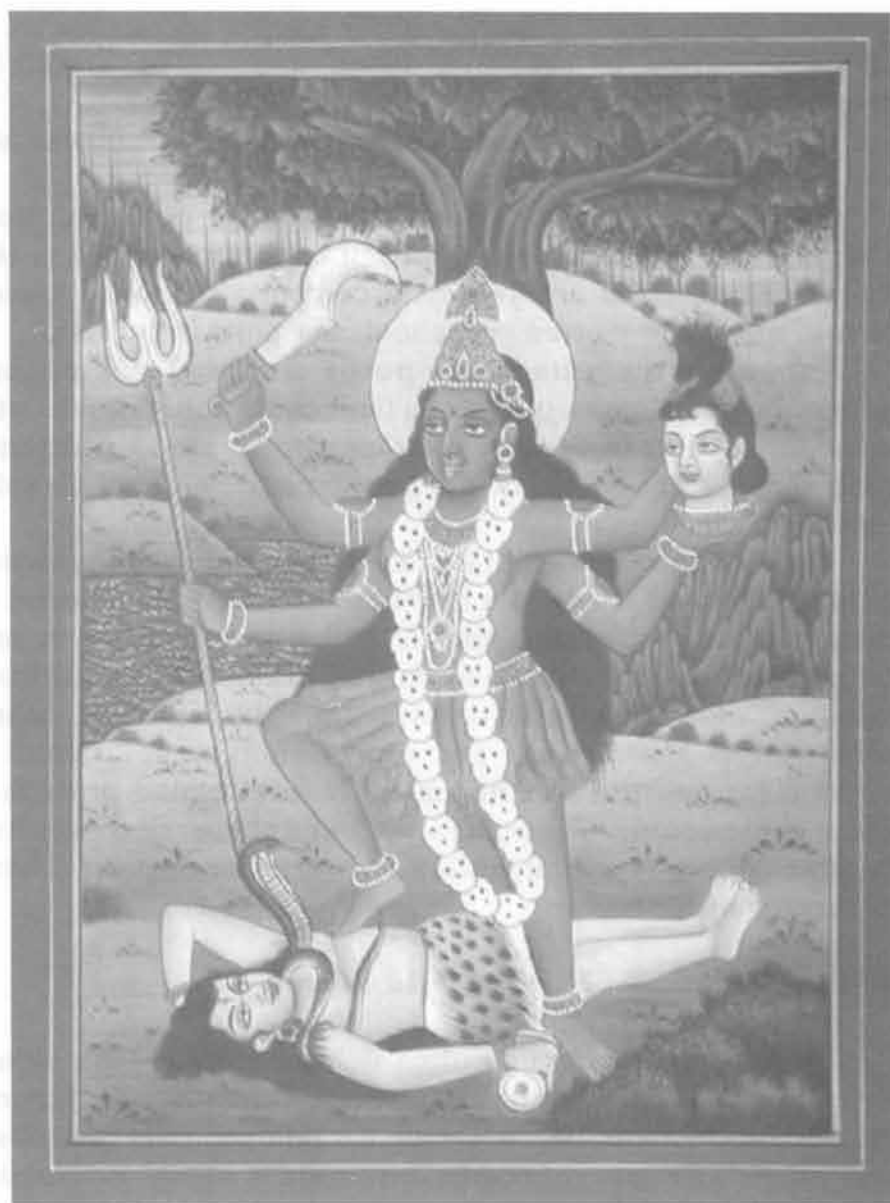
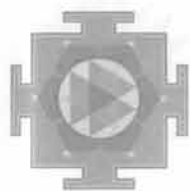
Si lo que pretende el tántrico es el camino del retorno y queda anclado en el apego a la mujer-Shakti, habrá hecho un penoso negocio espiritual, porque en lugar de utilizar la relación amoroso-tántrica para actualizar Kundalini, habrá fijado Kundalini, más aletargada todavía y a saber durante cuánto tiempo, en el chakra-raíz. Por eso el sacramento sexual se reserva a los guerreros espirituales. La sexualidad profana es para la gente común; la sacralizada, para el guerrero espiritual y la internalizada y que no halla cauce exterior es para el héroe o el renunciante.

El culto a la diosa

Uno de los primeros cultos del ser humano ha sido el culto a la diosa. La diosa es el universo y todos sus fenómenos y es, por supuesto, la tierra. Desde los tiempos más remotos la diosa ha sido amada, buscada, venerada y fuente de inspiración en todos los órdenes.

En muchas culturas, como en la India, se ha contemplado incluso a la diosa como una guerrera indómita capaz de vencer a toda suerte de demonios; y más aún, incluso se ha representado a la diosa Kali bailando frenéticamente sobre el cadáver del dios Shiva, como para poner en abierta evidencia que la diosa es incluso más poderosa que el dios.





La diosa Kali sobre Shiva

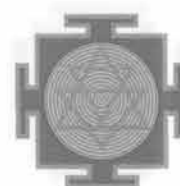
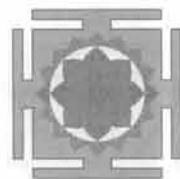
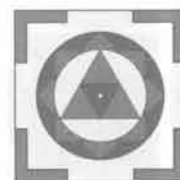
Este triunfo indiscutible de la diosa se ha dado en muchas tradiciones místico esotéricas en abierta oposición a los cultos de carácter masculinista y a las religiones instituidas donde el papel de la diosa se ha omitido y se han limitado injusta e injustificadamente las funciones sacras de la mujer.

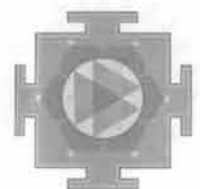
La diosa es el cosmos. Es la señora del tiempo porque se renueva sin cesar, absorbiendo y emitiendo, construyendo y destruyendo para volver a construir. Se la ha considerado la portadora del elixir de la inmortalidad. Es fuente de energía y los yoguis tántricos, con sus métodos, se empeñan en “robarle” parte de su poder. Ella representa el útero cósmico y, por extensión, la matriz de cada mujer. Es la diosa la que crea, no Shiva. Es la diosa la que hace, no Shiva. Se le ha otorgado a la diosa un carácter hipercinético en cuanto que ella es el motor generador de todo lo existente. Esta magnificación de la energía femenina, y subsiguientemente de la mujer, se ha dado en muchos caminos soteriológicos.

La diosa es el espacio ilimitado que por su propia voluntad se limita en los innumerables seres. Es la tierra y la energía que anima todos los frutos de la tierra. Es los innumerables astros y es la ilusión cósmica o maya. Es el eje dinámico del universo. Asimismo es la gran amante. Las deidades tibetanas e hindúes todas ellas tienen su consorte femenino. Es la sexualidad profana y sagrada. Es una hechicera sexual. Su yoni o vulva está representada en toda la India y es adorada por sus innumerables devotos.

Todas las formaciones que en la naturaleza tienen forma de vulva son adoradas por los shákticos, se trate de rocas, colinas, paisajes o dólmenes que se asemejen a una gran vulva. La vulva en la mujer es sagrada y representa el altar ígneo en el que se celebra el gran sacrificio de la erótica mística y salvifica. La diosa, pues, a diferencia de las vírgenes cristianas, no está en absoluto exenta de sexualidad, sino todo lo contrario, pues es la hembra cósmica. Ella es espíritu y carne. Virginidad (espiritual) y lubricidad. Sagrada y profana. Representa todo arquetipo divino y hace posible toda fertilidad. Es la Gran Madre. La sexualidad sacramental es un modo de acceder a ella.

Siempre se han hecho en honor de la diosa los ritos de la fertilidad. La diosa hace posible la fertilidad de los campos y la fertilidad de los vientres de las hembras. Por algo ella es la enjundia del universo. Insume y resume en si misma todas las





personalidades, desde la más tierna y sublime hasta la más feroz y sanguinaria. Es también la gran demiurga, la iniciadora y la maestra. Los yoguis tántricos la consideran su auxiliadora, su reina del laberinto, su lámpara en el viaje hacia lo inefable. Ella puede ayudar a resolver el misterio de la vida, a proporcionar respuestas al buscador de lo eterno. Es el gran poder, la energía femenina pura y liberadora, la gran sabiduría. Y hay tántricos para los que las mujeres son divinas porque son el reservorio de esa energía femenina y por eso convierten a la mujer en su diosa viviente, veneran su vulva e incluso toman como elixir su "semen" y su sangre menstrual.

Pero el guerrero espiritual sabe que el signo está más allá del signo y el mito es sólo un indicativo de la otra realidad, y no se deja, así, confundir por los externalismos. El rito es un medio, nunca un fin. Y los renunciantes, hombres o mujeres, son los que logran reconvertir su energía sexual en energía espiritual y adquieren un gran poder interior, porque nunca se derraman y recobran la denominada "luz del semen", que metabolizan para su viaje hacia lo incondicionado.



Krishna el guerrero

Capítulo V

La transformación interior y la consciencia iluminada

Ha llegado ya el momento en que es necesario que nos refiramos con alguna intensidad a la transformación interior, puesto que esta es una de las metas prioritarias del verdadero tantrismo y no de ese otro tantrismo degradado y que se extraña en ritos mágicos y prácticas orgiásticas.

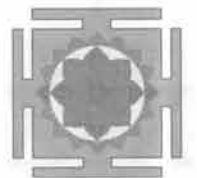
No puede negarse que ha florecido a lo largo de los siglos una forma de tantrismo degenerado, que enreda a sus seguidores en grotescos rituales esotéricos, paranoides prácticas de sexualidad antitántrica y ceremoniales burdos y mecánicos que embotan la consciencia en lugar de despertarla.

Si el hombre de hace cien mil años levantara la cabeza se quedaría estupefacto al comprobar qué pobremente ha evolucionado la consciencia del individuo y cómo esta sigue en un estado crepuscular, generando violencia y confusión.

El Tantra surgió como un método para activar la evolución de la consciencia y poder aportar técnicas para que esa transformación sea posible. Se buscaron nuevas técnicas para una época de oscuridad y codicia, y se procuraron procedimientos para "vapulear" la consciencia y enderezar el entendimiento claro.

Nos dicen los tántricos que los métodos que en épocas anteriores permanecieron ocultos y sólo al alcance de unos pocos iniciados se han abierto a las personas que quieran utilizarlos, porque era necesario proporcionar medios eficaces para una transformación interna que es muy difícil llevar a cabo en la época actual. Estos métodos, los mismos tántricos lo dicen, no están en absoluto exentos de riesgo y el que los lleva a cabo corre el peligro de quedar más frenado aún en su inmadurez en lugar de evolucionar interiormente.

Pero los tántricos consideran que métodos que en otras épocas demostraron su eficiencia, como los puramente ascéticos o de autocontrol, se muestran ineficaces para la mayoría





de los aspirantes en una época tan conflictiva como la nuestra, donde sólo parece imperar la codicia, la voluntad de poder y el desprecio de los genuinos valores éticos. Lo que otros buscadores de antaño negaron por considerarlo peligroso o nocivo, el tántrico lo afirma y así trata de conseguir que la espada que nos puede quitar la vida opere a la inversa y nos la salve.



El ser humano sigue repitiendo, después de millones de años, modelos de conducta mental que han evidenciado su completa inutilidad para el mejoramiento humano. Incluso ese poderoso instrumento que es el pensamiento lo utiliza de manera incorrecta, cargándolo de malevolencia, aidez y ofuscación.



Los mismos métodos religiosos que se concibieron para despertar la consciencia, al ser empleados mecánicamente y habiéndose perdido de vista el porqué de sus orígenes, se tornan narcotizantes.



Hemos ido fabricando una psicología deteriorada y perversa. Como el mundo es la mente y la mente del individuo está atolondrada, el mundo sigue derroteros de confusión. El ser humano se ha empleado a fondo en la realización del Ego, pero no en la autorrealización. Se ha convertido en una marioneta no sólo de las influencias del exterior, sino de sus propios códigos evolutivos y psicológicos. Todos somos herederos de los códigos evolutivos y también de nuestra historia psicológica personal, con todos sus condicionamientos.



A menudo estamos inermes en las manos de nuestra compulsiva organización psicosomática, cuyas fuerzas operan ciegamente por nosotros. La biología se nos impone; la psique nos dirige. Si no se lleva a cabo una labor de desaprendizaje muy seria, es difícil emerger de los condicionamientos que nos roban toda la libertad interior. De nada sirven las composturas. Se requiere una revolución de la consciencia y el poder ir modificando de verdad los viejos e inservibles, cuando no peligrosos, modelos de comportamiento mental.

Para ello, el verdadero tántrico, aunque entre en el campo del disfrute, mantiene en lo posible una consciencia clara, impidiendo el automatismo y quebrando la mecanicidad.

La mayoría de los seres humanos se identifican con sus estados anímicos y se dejan influir sobremanera por los eventos del exterior.

El tántrico aprende a no dejarse condicionar por las actividades psíquicas, ni por los acontecimientos internos y trata así de mantener su independencia, por lo que deja de ser un borrego para ser una persona consciente. Ello representa el salto del homo animal al hombre.

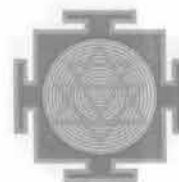
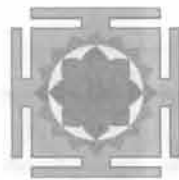
Pero cientos de miles de años han fosilizado los engramas cerebrales y han mecanizado el pensamiento, por lo que la consciencia se mueve en un surco repetitivo. El tántrico, como todo buscador, se impone la gigantesca labor de girar su mente y obtener una apertura de la visión. Para eso tiene que quebrar moldes, superar viejos patrones de conducta, desidentificarse de sus reacciones mecánicas y emprender la vía de la verdadera transformación.

Lo que caracteriza al tántrico es que instrumentaliza la vida misma para transformarse y caminar hacia la consciencia iluminada. No es, pues, el suyo el método del rechazo de la vida, sino de la afirmación de la vida, pero para trascenderla.

La vida se convierte en la piedra de toque para abri-llantar la consciencia y la consciencia de sí. Todos comenzamos siendo aprendices de guerreros y sólo algunos, tras un largo trabajo interior, acaban convirtiéndose en héroes. Muchos morirán siendo guerreros espirituales, todavía distantes de la heroicidad, pero eso ya es un logro muy importante. El guerrero da a la vida un sentido que otros nunca encuentran.

El guerrero espiritual, en su intención de instrumentalizarlo todo para seguir creciendo, no sólo se sirve del yoga y la meditación, que siempre utiliza como medios de crecimiento, pues el Tantra sin yoga es una mera e insustancial complacencia sensorial, sino también se sirve de:

Las circunstancias vitales, sean agradables o desagradables, favorables o adversas, instrumentalizándolas para estar más atento y ecuánime y poder progresar interiormente a través de ellas.





El sufrimiento, sin añadir sufrimiento al mismo, pero viviéndolo conscientemente para sacarle su enseñanza y su energía particular.

La vida cotidiana, con una actitud de meditación en la acción, haciendo lo mejor que se pueda en cualquier momento y circunstancia, renunciando a los resultados de la acción; es la acción consciente, diestra y lúcida que bruñe la consciencia.

El disfrute, pero sin apegarse o aferrarse al mismo, desde el equilibrio, obteniendo así su energía y la vitalidad que reporta.

El ejercitamiento en el amor consciente, al que, por su gran importancia, dedicamos todo un capítulo.

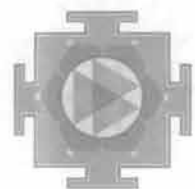
La pasión vivida conscientemente, porque es una poderosísima fuente de energía que ayuda a reorganizar la psique a niveles más altos: no sólo la pasión amorosa o sexual, sino todo tipo de pasión, incluida la artística; la pasión es vigor, fuerza e intensidad y el tántrico la aprovecha para el despertar y no para dejarse alienar por ella.

La sexualidad como método de meditación, y no la sexualidad mecánica, hueca, que se convierte en un acto banal y simplemente biológico.

Todo tántrico, como todo buscador de una verdadera senda liberatoria, aspira a la consciencia iluminada, es decir, la consciencia en la que ya no tienen cabida la ofuscación, la codicia, el odio y otras contaminaciones.

La vida se convierte en un maestro para que la simiente de iluminación o Kundalini se vaya desplegando y desarrollando. Con cada centro de energía que Kundalini va iluminando en su trayecto ascendente, el yogui va adquiriendo otro tipo de conocimiento y va aprendiendo a no identificarse con sus envolturas psicosomáticas. Del mismo modo que el saltador de pértiga afínca bien su pértiga en la tierra para elevarse en el aire, así el tántrico afirma la naturaleza o sustancia primordial para volar hacia lo infinito.

Por eso se ha dicho que la vía del Tantra va primero a las raíces y desde las raíces se eleva al cielo. Ganar el paraíso por asalto, con intrepidez, es la vía del tántrico. Pero es una acrobacia sin red o sea, sin salvavidas ni autodefensas,

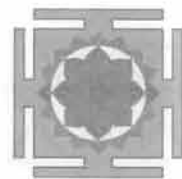


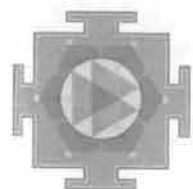
donde la caída puede ser mortal. No hay peor muerte que la consciencia que se quiere iluminar y se enraíza en la oscuridad.

El tántrico sabe que el ser humano ha entrado, descendiendo desde su origen, en el mundo fenoménico y que debe apoyarse en él para emerger lúcidamente del mismo y reemprender el camino de vuelta. Pero existe el riesgo de quedarse atrapado en las lianas de lo fenoménico, como si el bañista que quiere bajar hasta el fondo, para propulsarse afirmando los pies en el mismo y emerger a la superficie más rápidamente, quedara con los pies atrapados en ese mismo fondo. Por eso el tántrico sabe que hay que combinar de manera inteligente disciplina espiritual y experiencia de goce o disfrute, para poder convertir el samsara en vía hacia el nirvana, el veneno en néctar.

El verdadero tántrico nunca se desliga de su disciplina espiritual, y a la misma incorpora las experiencias de disfrute, puesto que la Shakti es yoga o disciplina espiritual y bhoga o disfrute. Cada día es mayor, sin duda, el buscador que combina todo ello y toma la vida en su totalidad. No es esta la época del asceta impenitente, sino del buscador permeable y no dogmático que toma la vida como instrumento liberatorio.

Por todo ello, cada día en mayor grado la meditación y el yoga son practicados por seculares que llevan una vida común, donde caben el placer y el dolor, la alegría y la tristeza. Como dice el personaje central de mi relato iniciático "El Faquir", la vida hay que tomarla toda ella. El tántrico la toma y la instrumentaliza para poder abrillantar la consciencia e iluminarla.





Shiva el bailarín cósmico

Capítulo VI

El ejercitamiento interior

La vida misma es el gran maestro para el tántrico. Confrontar la vida y manejarse sabiamente con ella, desde la consciencia clara y ecuánime, es el mejor sadhana o entrenamiento, pero no el único.

El tántrico entra en el laberinto de las vicisitudes existenciales, el placer y el dolor y, en suma, la tela de araña de lo fenoménico para, en abierto desafío con todo ello, lograr instrumentalizarlo en el crecimiento interior. Es la aventura mística inmersa en la vida, y no al margen de la vida, porque es en la vida donde el tántrico se pone a prueba, se mide y se crece, tratando de mantener por un lado la inafectada consciencia-testigo y por otro lado la intensidad en las actividades psicofísicas y en la acción misma. Cuando la acción se vive desde la contemplación, en lugar de fragmentar, integra.

Reza un antiguo adagio: *"Aun en la nube más macilenta hay un punto de luz."* Ese punto de luz o eje de equilibrio, aún en el desequilibrio, es la consciencia clara que atestigua sin implicarse en el apego o la aversión.

El sadhana o entrenamiento del tántrico es muy amplio y, como ya hemos señalado, recurre a ceremonias, rituales, la visualización del mandala, la meditación sobre yantras o diagramas místico-esotéricos, el chakra-puja y otros métodos.

Pero haremos aquí una referencia mucho más extensa a tres vías y a algunos de sus métodos más antiguos: la vía de los mantras, la vía del Kundalini-yoga (cuya teoría ya hemos abordado con amplitud) y la vía de la erótica mística, que también desarrollaremos en siguientes capítulos y que representa una de las aportaciones básicas del tantrismo denominado de mano izquierda, que es el que se sirve de la sacramentalización sexual como medio para acrecentar la consciencia y profundizar en dimensiones no conceptuales de la mente.



La vía de los mantras

Los tántricos declaran que a la energía femenina le gustan muchos los mantras, como a la amada le gusta escuchar las palabras tiernas de su amado.

La Shakti, además, se refleja en todos los sonidos y palabras y, por tanto, en esos fonemas cargados de sentido y de poder que son los mantras.

Para muchos yoguis el mantra es como la llave de la mente o también un instrumento para conectar la mente humana con la mente única. El mantra, correctamente trabajado, tiene fuerza y reporta calma y sabiduría.

Es una palabra o conjunto de palabras sagradas, místicas o esotéricas para concentrar la mente, estimular la Kundalini, actualizar energías aletargadas y conectar con aquello que la palabra designa.

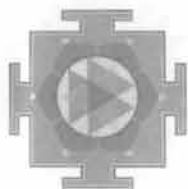
Para que el mantra procure todo su poder es necesario repetirlo con lúcida consciencia, tratando de invocar, evocar y convocar a través del mantra a lo que el mantra designa, que a menudo es el poder más alto.

Hay muchas clases de mantras y todos los más antiguos suelen ser en sánscrito, idioma que es muy musical y resulta idóneo para el trabajo mántrico.

El mantra-yoga es el yoga del sonido y de las palabras de poder. Es un yoga eminentemente tántrico, que considera que todo lo existente es vibración y que por el dominio de la vibración y, subsiguientemente, de la mente se alcanza la conquista de la Shakti y la aprehensión del ser o última realidad.

El sonido va de lo más ultrasutil a lo más burdo, que es la palabra articulada. El sonido es consustancial a la vida. Si hay vida hay sonido. Cuando surge la manifestación, es decir, cuando el Absoluto se manifiesta y crea todos los fenómenos mediante la Shakti o energía, surge el sonido.

El sonido, pues, está en toda pulsión de vida. El sonido primordial es aquel que surgió cuando el universo explotó. El sonido es omniabarcante, todo lo impregna y es el sustrato vibracional de todo lo existente.

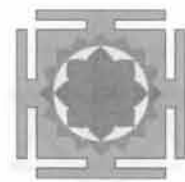
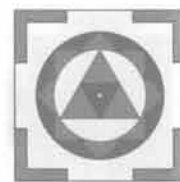


El practicante, a través del mantra, va más allá del mantra, a través de la palabra trasciende la palabra. El mantra es una herramienta para desplazarse de la palabra a la fuente del pensamiento, donde se manifiesta lo que es. El mantra nos permite retomar una y otra vez el hilo de la consciencia, introvertirnos y sentirnos en silencio interior. El mantra es vibración y energía. Es la Shakti misma en su manifestación burda. En cada palabra y en cada letra hay una vibración. En la medida en que el mantra se recita, se va sutilizando y por el mantra se va más allá del mantra. Pero hay que vivenciar lo que el mantra designa, saturarse de su sentido.

El mantra es como un lazo para “atrapar” aquello que nos da la vida. Aunque la palabra no es la cosa, la palabra tiene un gran poder para traer a la mente aquello que designa y así no evocamos lo mismo al decir “madre” que al decir “araña”.

El mantra endereza y canaliza la mente hacia la mente suprema. El pensamiento se funde en su fuente. A cada chakra, por otro lado, corresponde una simiente de mantra correspondiente, que ya hemos reseñado y el practicante puede también trabajar sobre un mantra determinado dejando que la vibración se deje sentir en dicho chakra. Por otro lado, según los mantra-yoguis, la recitación del mantra desprende los siguientes beneficios:

- Unifica la mente.*
 - Higieniza el subconsciente.*
 - Acrecienta la consciencia.*
 - Actualiza energías aletargadas.*
 - Expande el sentimiento y lo ennoblece.*
 - Conecta la mente con el testigo de la misma.*
 - Proporciona calma profunda.*
 - Es una especie de recordatorio de aquello que queremos mentalmente vivenciar y realizar*
 - Incluso favorece los campos de energía y la biología.*
- El mantra puede recitarse verbal, semiverbal o mentalmente. Es necesario mantener una atención consciente y no mecánica durante la recitación del mantra.





Muchos amantes tántricos se sirven de la recitación mántrica durante algún momento de la cópula mística o incluso mentalmente o con imposiciones de dedos mantrizan a la mujer que constela la Shakti.

Un yogui me dijo: *“Repite el mantra con sincera motivación. Deja que inunde hasta la última fibra de tu ser. Absórbete allá donde el mantra surge en el testigo de la mente. Identifícate con el mantra, vivéncialo, satúrate de su significado. Así el mantra dará todos sus frutos y a través de la palabra llegarás a la mente pura más allá de la palabra”*.

En el yoga se dice que: *“así como pensemos así seremos”*. El mantra deja en la mente simientes positivas que luego germinarán. Pero el trabajo sobre el mantra, que hay que irlo cargando también de la energía propia, no es nada fácil. Requiere mucha perseverancia y en el Shiva Samhita se dice nada menos que: *“con una repetición de diez millones el gran yogui queda absorbido en el ser”*.

El mantra trata de conducir al que lo repite al otro lado de la mente, es decir, a la mente supracotidiana. Permite acceder a regiones inexploradas de la propia mente, a ese otro lado de la mente que nos es poco familiar.

Por su lado, los yoguis devocionales se sirven de mantras conectados con el ser supremo y el mantra se torna como un puente cósmico hacia lo inmenso. Así, la recitación mántrica permite la representación de lo inefable y que el practicante pueda saturarse de un sentimiento tal.

Pero, además, con el mantra se llega a un estado mental de absorción plena que se denomina Nada. Es la disolución del pensamiento ordinario y la puesta en marcha de una energía diferente y más liberadora y reveladora.

Nada es el sonido inaudible. Cuando uno suspende sus actividades psicomentales, Nada se manifiesta. Es la experiencia vacua de lo cósmico.

Como quiera que existen innumerables mantras, proporcionaremos algunos de interés para el practicante. Y comenzaremos haciendo referencia al mantra de los mantras, es decir el mantra aum.



Ejercicios con el mantra "Aum"

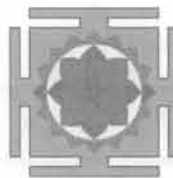


El mantra "Aum", en una de sus representaciones

"Aum", que se pronuncia "Om", es el mantra que designa al poder cósmico o ser universal. "A" representa el canal de energía izquierdo, "u" el canal de energía central y "m" el canal de energía derecho, o sea que subsume a los tres nadis o canales energéticos más importantes en el cuerpo sutil de la persona.

La recitación del Om debe llevarse a cabo, tanto si es verbal, como semiverbal o mental, alargando el vocablo y dejando que sature toda la mente.

Se puede asociar la recitación a la respiración. En ese caso, al inhalar, mentalmente se repite, alargándolo, Ommmm, y al exhalar se procede de igual modo. Se recita una vez por inhalación y una vez por exhalación.





Cuando los amantes abordan la ceremonia sexual tántrica pueden recitar ambos el mantra Om e incluso visualizar el mantra en los chakras del consorte tántrico.

También se puede recitar el mantra Om alargándolo muy considerablemente y dejando que sature toda la mente sin necesidad de asociarlo a la respiración. Pero también, al recitarlo, se puede expandir su vibración por todo el cuerpo o bien dejar que Om vibre en cada uno de los siete chakras primordiales.

Son en especial tres centros o chakras sobre los que es más conveniente trabajar con el mantra Om. Me refiero a los del estómago, el corazón y el entrecejo: vital, emocional y mental.

Al trabajar sobre el primero de ellos se visualiza vitalidad; al hacerlo sobre el segundo, amor y compasión, y al hacerlo sobre el tercero, un sentimiento de unidad y plenitud.

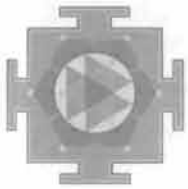
También se puede recitar el mantra visualizándolo, es decir, visualizando Ommmm como una corriente de luz que entra y sale con la inhalación y la exhalación, y que nos satura de plena vitalidad, pureza y benevolencia.

Hay yoguis que utilizan la recitación del mantra al irse a dormir por la noche, en duermévela, y así sus últimos pensamientos del día se conectan con el ser.

Recojo ahora algunas comunicaciones personales que me han hecho grandes yoguis sobre el mantra y lo que declaran algunos textos. Swami Anandadevandna, sannyasin o renunciante de Rishikesh, India, me dijo:

“El mantra es una técnica muy útil; una técnica para ayudar a mantener la presencia de lo absoluto. Primero se repite burdamente y luego él mismo se interioriza y se repite muy sutilmente, por sí mismo, conectándonos con la consciencia cósmica. Lo importante es cortar con lo fenoménico e ir más y más hacia adentro para hallar el ángulo transpersonal, para residir en la naturaleza original.

Cualquier mantra es recomendable, pero indudablemente la repetición de Om es la mejor para interiorizarnos, viajar hacia lo más íntimo e interno.”



Para aplicarlo como instrumento devocional, Swami Satchidananda me explicó:

“Al principio resulta mucho más sencilla la repetición verbal. Se repetirá durante una hora por la mañana y durante una hora por la tarde. Más adelante se repetirá mentalmente y de una forma constante. La repetición mental es más poderosa. Parece fácil repetir el mantra durante una hora, pero es muy difícil y únicamente se realiza si de verdad se aspira a la divinidad. No hay porqué detener en ningún momento la repetición del mantra. Al repetir el mantra es necesario pensar que Dios reside en nuestro corazón y que se manifiesta en uno mismo y en todo el universo. La persona purificará todo su ser.”

El Taittiriya Upanishad declara:

“Om es Brahman. Om es todo. Om es aceptación. Pronunciando Om se cantan los cantos rituales.”

El Amrtanada Upanishad recomienda:

“Es preciso meditar sin tregua y de mil maneras diversas sobre este misterio de Om, a fin de liberarse de toda impureza.”

El Dyanabindu Upanishad nos dice:

“De Om nacieron los dioses, de Om nacieron los astros, de Om surgió todo el universo compuesto de tres mundos y los seres animados e inanimados.”

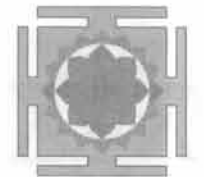
El Yogatattva Upanishad explica:

“Om libra en efecto del mal y destruye los obstáculos en el camino del yoga; por ello la repetición constante del monosílabo sagrado es una práctica eficaz para el que quiere avanzar en el yoga.”

En el sugerente texto medular del hinduismo, el Bhagavad Gita, podemos leer:

“Yo soy el padre y la madre de este mundo, el ordenador, el primer creador, el objeto del conocimiento, la sílaba sagrada Aum.”

El codificador del yoga, Patanjali, identifica Aum con la mente suprema. Los yoguis aseguran que la recitación del mantra Om va eliminando las negatividades del subconsciente y purificando la consciencia. La mente puede fundirse en laya, disolución.





El mantra “Ham sa”

Es un mantra universal y natural, porque es el mantra que se repite por sí solo cada vez que respiramos, de manera espontánea, ya que es el sonido de la respiración. Los yoguis se han servido mucho de la atención a este mantra para conquistar la no-mente o unmani y conectar con su realidad interna.

“Ham” es el sonido de la inhalación y “sa” de la exhalación. El practicante, en postura y actitud meditacionales, retira su mente de todo para enfocarla sobre la respiración, respirando con naturalidad.

Al inhalar, mentalmente dice Hammm... alargándolo y al exhalar, saaaa... alargándolo. Una vez por inhalación Ham y una por exhalación sa. Se sigue así la recitación del mantra y el curso de la inhalación y la exhalación, pero se pone todavía más atención, si cabe, para tratar de captar el fugaz momento en el que ham se funde con sa y sa con ham, es decir, la inhalación con la exhalación y la exhalación con la inhalación.

Es necesario ir percatándose y penetrando ese instante de confluencia entre ham y sa y sa y ham, porque así se va accediendo a otro tipo de percepción-consciencia.

Paulatinamente se va desarrollando la desnuda y purísima sensación del “yo soy” (ham sa) y la mente se va absorbiendo en su fuente, el ser.

“Om namah shivaia”

Este es uno de los mantras más antiguos, que se utiliza para invocar a Shiva, o sea, al ser interior, a la pura consciencia-testigo para conectar con la conciencia pura.

Se puede recitar asociándolo o no con la respiración. Si se asocia con la respiración, se recita Om namah shivaia con la inhalación y Om namah shivaia con la exhalación, tratando de introvertir la mente y saturándola del sentimiento de ser.

También el practicante puede utilizar el vocablo ser. Al



inhalar repite mentalmente ser y al exhalar repite ser, pero evitando la mecanicidad y tratando de recobrar la sensación de si mismo, o sea la presencia de ser, quedando más y más absorbido en esa consciencia de ser.

Otros mantras

Un mantra de poder y energetización es “Hum manif Shakti”, que permite la invocación y la instrumentalización del poder de la Shakti. Se puede recitar dejando que golpee el plexo solar o chakra manipura, para activar la energía vital o Prana. Así se desbloquea este centro, al decir del sannyasin o renunciante, que me enseñó este mantra.

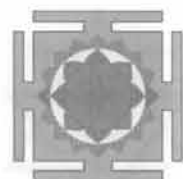
“Om sri kalikayai namah” es un mantra a la energía cósmica femenina; se refiere al aspecto de la energía que destruye para construir, que permite pues la transformación. Invoca a la diosa Kali o aspecto terrible de la Divinidad.

“Bhavanam-kevalan” es un mantra que se utiliza como medio para concienciar la naturaleza silente de la mente y desarrollar el sentimiento de ser. Es mejor asociarlo con la respiración, recitándose bhavanam al inhalar y kevalan al exhalar. Es una invocación al ser interior y nos permite irnos interiorizando y permanecer establecidos en el silencio interior.

“Aham brahmasmi” es un mantra que podría traducirse por “yo soy el ser” o “yo soy la mente cósmica”. Cuando uno lo recite, sea asociado a la respiración o no, hay que visualizarse o sentirse inmenso en la totalidad, fundido con el ser.

El autor de esta obra ha recibido algunos de estos mantras de swamis indios, entre ellos Anandadevananda, Chaitanyananda, Satchidananda y Muktananda.

También los tibetanos utilizan para su ejercitamiento espiritual la vía secreta de los mantras. Los mantras más destacados son “Om mani padme hum” (la joya en el loto), que es un mantra de poder y renovación de energías internas, así como de purificación; “Om tare tutare ture soha”, que es el mantra a la misericordiosa y auxiliadora diosa Tara, y “Om ah hum”, que me recomendó personalmente el Dalai Lama. Om





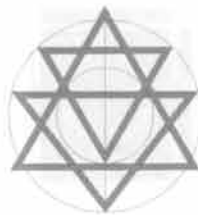
representa la totalidad o energía cósmica infinita; ah es el principio de conservación de esa energía; hum es la fuerza vital alentadora, más allá y aparte de la estructura del ego. Se recita Om al inhalar, ah durante la retención y hum durante la exhalación. También se puede teñir el mantra de diversos colores para la visualización.



El mantra es significado y vibración. Muchos mantras fueron “intuidos” y desarrollados y “cargados” de energía por los antiguos sabios y eremitas. Para los maestros hindúes el mantra es ya como un arquetipo espiritual y tiene fuerza propia. Con motivo de la iniciación, el maestro proporciona un mantra a su discípulo. El mantra es un instrumento para conectar con el ser que habita dentro y fuera de nosotros. Como todo el cosmos es vibración y el ser humano es un universo en miniatura o microcosmos, también es vibración. El mantra, que es la Shakti o energía en la palabra, colabora para elevar el dintel de la consciencia y purificar el trasfondo de la mente. Se puede trabajar tantricamente recitando el mantra asociado al centro psíquico o chakra correspondiente.



En la ceremonia sexual-mística los amantes también puede meditar previamente con mantras. Pueden recitar juntos un mantra o pueden incluso visualizarlo. Al tomar el aire mentalmente se dice: “Yo soy”; y al exhalar el aire, se dice: “tú”. Así proceden los dos consortes y van creando una elipse de energías entre ellos: “yo soy tú”.



El mantra trata de devolver la mente a su origen, porque la consciencia suprema ha perdido su cualidad de consciencia expandida e indiferenciada al tomar la forma de los objetos percibidos. Pero retirándose de los objetos e integrándose en la fuente de los pensamientos, va recobrando su mismidad.

La vía del Kundalini yoga



El trabajo que propone el Kundalini-yoga es difícil y largo. Todo aquello de que otras personas pueden despertar nuestros chakras alegremente es una impúdica falacia. El trabajo tiene que realizarlo uno mismo.

Hay innumerables técnicas en el Kundalini-yoga. Para actualizar la energía Kundalini el yogui se sirve, entre otros, de los siguientes procedimientos:

La genuina moralidad y el despliegue de la benevolencia y la compasión.

Las prácticas generalizadas del Hatha-yoga: posturas o esquemas corporales, técnicas de control respiratorio, métodos de control neuromuscular y técnicas de higienización física y de los nadis o conductos energéticos.

La meditación, para ejercitar la mente y potenciar la semilla de iluminación.

El noble comportamiento y recto arte de vivir.

La acción consciente, lúcida y más desinteresada.

La recitación de mantras, asociándolos con centros de energía.

Los métodos de visualización.

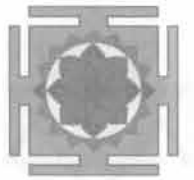
Entre los métodos de visualización destacamos algunos de ellos, que también son los de saturación de energía.

Uno de los métodos consiste en conectar la mente con la respiración y visualizar que el aire que inhalamos y exhalamos es fluido luminoso y que nos satura por completo de energía y vitalidad.

Otro método de visualización estriba en imaginarnos o visualizarnos inmersos en un océano de luz blanca, pura, refulgente, que se extiende en todos los sentidos, sin límites. Hay que generar a través de esta visualización un sentimiento de expansión, infinitud, cosmicidad.

Hay un ejercicio meditacional que consiste en visualizar al inhalar, que nos estamos saturando de energía y al exhalar que estamos esparciendo y propagando esta energía por todo nuestro cuerpo. Otro ejercicio es aquel en el que visualizamos una luz radiante que emerge de lo más íntimo de nuestro corazón y se va propagando lentamente hasta expandirse sin límites, asociando esta visualización siempre con el sentimiento de totalidad e infinitud.

Hay así mismo determinadas visualizaciones, más o menos complicadas, en las que intervienen los chakras y los nadis, pero se requiere un aprendizaje correcto de las mismas.





La vía de la sexualidad sagrada o la erótica mística

Aunque dedicaremos muchas más páginas a este tema, ofrezcamos un primer apunte en este capítulo dedicado al sadhana o ejercitamiento espiritual.

Los yoguis que no son abstinentes se sirven también de la relación sexual como medio de actualización de energías, meditación y transformación.

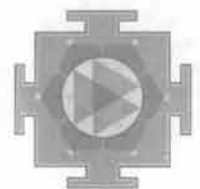
Aunque la energía como tal es una, se diversifica en el ser humano y fluye por uno u otro centro psíquico o vital, generando las funciones corporales y anímicas. Al fluir por el centro sexual genera la función sexual o libido.

Los tántricos denominados de mano izquierda, es decir, los que han optado por no renunciar a la sexualidad, se sirven de esta función para trabajar a través de ella sobre la mente y la psique.

Los tántricos de mano derecha, abstinentes, se sirven de determinados procesos psicofísicos o de la meditación para transmutar directamente la energía sexual en energía espiritual, elevando la energía a los chakras altos y utilizándola para su apertura. El renunciante, en lugar externalizar su energía con la relación sexual, la interioriza y la reorienta hacia los centros psíquicos superiores.

Pero el tántrico de mano izquierda instrumentaliza la cópula, siguiendo unas prescripciones determinadas, para desencadenar un tipo singular de consciencia y poder suprimir los procesos mentales para, en el silencio de la mente, conectar con el testigo de la misma. La relación sexual se convierte en iniciática y transformadora, y nada tiene que ver con la relación sexual profana. La pareja tántrica pone los medios para lograr una complementarización no sólo física o emocional, sino también energética y psicoespiritual.

A través de la conquista de la energía burda se conquista la energía más sutil. La cópula mística va generando estados alterados o superiores de consciencia, pero siempre y cuando se mantenga la consciencia clara y perceptiva e incluso la presencia de ser. Se logra una fusión de los opuestos mentales y una unificación de la consciencia, a lo que colabo-



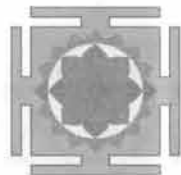
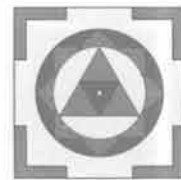
ra la implosión de energía de la libido. Todo ello logra una ruptura del ordinario nivel de la consciencia y una inmersión en las profundidades de ser, pues se va logrando una inhibición de las ideaciones mentales y se pueden captar otros lados o potencialidades de la mente.

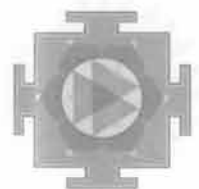
Por lo general, los tántricos hindúes, ello no es necesario para los de otros cultos o creencias, introducen en la ceremonia, llamada panchatattva o rito de las cinco cosas buenas, que son curiosamente las prohibidas para el pashu o devoto común, cinco sustancias que deben ser transustancializadas o cosmizadas, y que son: el vino, el pescado, la carne, los cereales y la cópula sexual, que representan el aire, el agua, el fuego, la tierra y el éter. Mediante la unión sexual, se homologa la cópula primordial de Shiva-Shakti y se obtienen las energías necesarias para acceder a ese universo paralelo que es el inmanifestado o sin-forma.

Para que la cópula resulte verdaderamente iniciática el hombre-debe haber conseguido tres controles: el de la mente, el de la respiración y el del semen. No debe derramarse. Tanto si llega al orgasmo como si no, el tántrico estricto nunca se derrama. En todo momento debe estar presente la consciencia inmodificada y la regulación de la respiración. Más adelante profundizamos en la sexualidad sagrada, que, en suma, es un medio más para el acrecentamiento de la consciencia y la evolución interior.

Nunca debemos pasar por alto que el Tantra es transformación. Cada aspirante elige la vía derecha, abstinencia, o la izquierda, sexualidad sacramentalizada. El swami tántrico indio Satyananda me dijo en comunicación personal:

"Tantra es la filosofía y yoga es la ciencia práctica. No son diferentes. Yoga es el lado práctico del Tantra y este es el lado teórico del yoga; mantra, kriya, Pranayama, etc. Las diversas ramas y técnicas del yoga son los senderos del Tantra. En el yoga hay dos vías: una es la de aquellos que pueden vivir una vida de celibato, de castidad, de renuncia; otra, para la gente que no puede vivir la vida de castidad. Para estos segundos, para la gente emparejada, está el llamado camino del Tantra".





“Mediante la práctica del yoga estamos tratando de transformar la calidad de vida y su significado. El transformar la vida y su significado se vuelve realmente importante y relevante. Tenemos que recordar que en el estado de consciencia actual se necesita mucho más el yoga. A través de los siglos la humanidad ha estado buscando el núcleo de la consciencia y ha querido hallar una definición de la vida, del mundo, de la realidad. Es la mente la que proporciona la definición de la vida y sus actividades. La práctica del yoga debe ayudarnos a viajar tan deprisa como podamos desde el estado mental presente, el actual estado de consciencia, a un estado de consciencia que esté evolucionado en miles de años. Incluso si no se practica yoga, la consciencia está destinada a evolucionar, porque su evolución es una ley de la naturaleza. La consciencia no es una sustancia estática, sino dinámica. Pero el yoga y los sabios del yoga han descubierto ciertas técnicas para acelerar el paso de la evolución de la consciencia. Tal es la enorme importancia del yoga.”

El tántrico, intrépidamente, emprende la seducción de la Shakti, porque es ella la que siempre está seduciéndonos. Como si fuera extraordinariamente celosa del ser, nos lo oculta y nos despista cuando queremos acceder a él. Esta es la gran paradoja mística, puesto que somos él. Es la consciencia pura o Shiva la que el tántrico quiere vivencialmente reconocer, para liberarse, y lo hace siguiendo el camino de la conquista de la Shakti, pues ella habrá de conducirlo al ser que nunca dejó de ser. Podemos leer en el Shiva Drshti de Somananda: *“Practica tu ejercitamiento espiritual con esta consciencia: Soy una forma de Shiva. Voy a alcanzar a Shiva. Lo alcanzaré convirtiéndome en Él. Alcanzaré el estado de Shiva con gran facilidad porque soy Shiva. Este es el ejercitamiento para alcanzar a Shiva.”*

Como aquel que ha ido descendiendo peldaño a peldaño por una escalera y que quiere remontarla tiene que invertir el camino, el tántrico se afina sobre la materia, para ir, peldaño a peldaño, chakra a chakra, viajando allende la materia.

La Shakti en la mujer

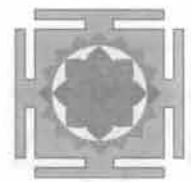
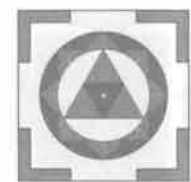
El texto que a continuación expongo, escrito por mí, es con el que se identificaría cualquier tántrico:

Nosotros la llamamos Shakti y es el brasero que alumbraba el universo, y es calor y es fuerza y es vida. Tiene nombre de mujer. Es la energía femenina universal. Tú no la tomas: ella te toma a ti. Y se disfraza de mujer y es como una bailarina que a cada giro te fascina, te roba y te ofrece la vida, te hace morir para volver a vivir.

Ella es la Shakti, la fuerza universal, la sangre, la savia, el abismo, el vértigo, la suprema energía, el aliento. Hasta el mismo Shiva puede perder la cabeza cuando la Shakti danza ante él. Ella desencadena fuerza, vigor, conmoción. Te somete a una pequeña muerte para poder hallar después el gran renacimiento.

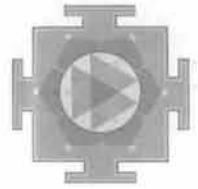
Hay un secreto: Shakti. Hay un signo más allá del signo: Shakti. Hay una vibración sin medida: Shakti. Es prodigiosa, es mágica. Es la Diosa que se refleja en la mujer y te puede colmar de una pasión sin medida.

Como la imagen en el espejo, Shakti está en todas las mujeres sin duda, sólo en algunas mujeres se manifiesta en toda su plenitud. En la mayoría de las mujeres permanece muda, silenciosa, como en la mayoría aún mayor de los hombres Shiva permanece callado. Aún los yoguis se estremecen cuando surge la Shakti en forma de mujer. Ella es la gran interrogación, el reto, el néctar-veneno que te permite acceder a la suprema sabiduría o te desploma en la sima más oscura. Ella es el amor mágico, el gran viaje que te libera o te encadena. Ella dinamiza tu ser, transfigura tu sexualidad, afina las cuerdas de tu alma. Es el rayo, la nube fluidica, el éxtasis de potencia generatriz, el orgasmo universal divinizado. Ella es la gran hechicera que te reconstruye o te destruye. Puede ser instrumento de veneración o también la mano que te conduce a la caverna de la desesperación. Si la ves, la reconoces en el acto. Exhala fuerza como el sol exhala su luz y la rosa su aroma. Ella es la sacralización del





amor, la pasión predestinada. Puede ser tu luz, pero también, ¡estate alerta!, puede convertirse en la más patética de tus tragedias. Puede parecerte ingenua y débil, pero no confíes. Sabe que es la puerta al paraíso, pero también la puerta al dominio de las tinieblas.



Shakti en forma de mujer... ¿Quién no las busca desesperadamente? ¿Quién muchas veces al buscarla no la pierde? Te puede conducir a la victoria; te puede conducir a la desintegración y al fracaso. Shakti en forma de mujer... ¿Quién no la busca frenéticamente, quién no quiere hacerla su compañera de viaje durante algún trecho de esta existencia? ¿Quién no ansía duplicar la propia fuerza con ella, convertirla en fuente de mensajes ocultos, utilizarla como instrumento de liberación?



Si la encuentras en forma de mujer, presta cuidado. Te entregarás a un intercambio de ternuras sin fin y ese amor mágico puede hacerte volar hacia la eternidad o hacia el abismo. Es Shakti prodigiosa, te imanta, te fascina, mitad divina y mitad humana, tiene la capacidad de despertar tu sensibilidad y se te ofrece a la vez iniciática y sagrada. Ahora es dulce, ahora es acre. Se funde con tu aliento, penetra en tus sentidos, navega por tus interioridades. Si te sometes, ¡ay de tí!, pero si te propones acabar con ella estarás intentando asesinar tu propio ser. Al abrazarla abrazas a todas las mujeres de este mundo; al tomar su mano, un gozo extático te invade; al besar su rostro, en cada poro ves el rostro de todos los seres sintientes. Si la amas ya estás sobre arenas movedizas. Esa aproximación sexual te procurará paz inefable o tal vez la confusión y la desesperanza. Sólo los héroes no sucumben, porque ellos han aprendido a convertir las cadenas en alas de libertad y en liberación aquello que esclaviza al hombre común.



Si te crees capaz de arrancar la flor de loto sin mojarle las manos, intenta la aventura de saborear a la Shakti en forma de mujer. Si dudas, mejor ignórala y piérdete el hechizo de su fuerza y de su amor, que es una fiesta suprema. Pero tampoco importará si te has ganado a ti mismo.

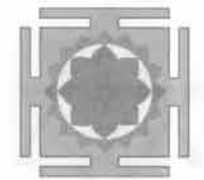


La mujer, la gran protagonista

Aún las corriente tantrizadas anteriores al tantrismo como movimiento filosófico-iniciático, promovieron y se afincaron en el culto a la madre y, por supuesto, a la gran madre o diosa, proponiendo así no el culto fálico, en el que insistían los credos patriarcales, sino el que podríamos denominar el culto "vúlvico" o culto a la vulva, pues esta es el sagrado altar donde se rinde el sacrificio.

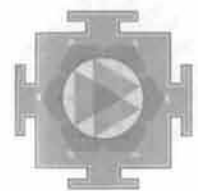


Un altar de culto "vúlvico"





Los practicantes sexuales con un sentimiento tántrico magnificaron la sexualidad como instrumento liberatorio, es decir, consideraron la sexualidad en su dimensión sagrada y como un ojo de buey a lo inefable.



También la sexualidad se utiliza como medio yóguico para sobrepasar la condición ordinaria de la consciencia y obtener "golpes o destellos de infinitud". Hay una sacralización de la sexualidad y el sexo no se considera como un medio procreativo sino espiritualmente creativo, donde se busca antes el hijo del espíritu que el de la carne. Esta sacralización de la sexualidad, sitúa a ésta en las antípodas de la práctica sexual fría, hueca, repetitiva, mecanizada y hasta deshumanizada. Para el tántrico genuino el sexo nunca es una diversión ni un mero esparcimiento, ni mucho menos una insustancial práctica fisiológica para aliviar la tensión sexual. El sexo se convierte en un medio hábil (upaya) para desencadenar estados alterados de consciencia y percepción.



La sexualidad es una praxis especial para transformarse, desarrollar la consciencia y la presencia de sí y generar potencias energéticas poderosas. La erótica mística es una pértiga para catapultarse hacia lo incondicionado, un modo de ser lo inmenso y de participar en las potencias creadoras del universo. Por eso la relación sexual sagrada no es para repetirla a menudo y hacerla cotidianamente. Es un acontecimiento y un ejercitamiento espiritual o sadhana. Cada aspirante puede hacer lo que le plazca con su sexualidad, siempre que no la utilice para dañar a los demás, pero la energía sexual se considera de gran valor como potencia generatriz en la búsqueda interior.



Hay aspirantes que intencionadamente son muy "avaros" con su sexualidad, simplemente porque no quieren desperdiciar una energía que pueden instrumentalizar yóguicamente, ya sea transmutándola o activándola y dirigiéndola espiritualmente a través de la cópula mística. No hay en el tántrico ningún sentimiento de culpa, vergüenza o represión con respecto a la sexualidad, pero sí en todo lo que piensa, dice y hace, trata de estar consciente, ¿por qué no al practicar la



sexualidad, pudiendo incluso energetizarse a través de ella?

Jamás el tántrico es un coleccionista compulsivo de contactos sexuales y mucho menos un adicto sexual. La sexualidad es una función y una energía que también instrumentaliza en su crecimiento.

Practicar la sexualidad mecánicamente desgasta, debilita y crea adicción. La sexualidad la practica el tántrico con atención consciente, sentimiento de plenitud y ecuanimidad. Es la sexualidad a la luz de la consciencia y no a la sombra de la compulsión.

Muchos adictos sexuales lo son simplemente porque su sexualidad es mental y no verdadera libido y porque utilizan las insustancializadas relaciones sexuales como un ansiolítico, un parche, un obsesivo acto repetitivo, como rascarse generando cada vez más prurito, o para afirmar su narcisismo o su masculinidad. Ese tipo de sexualidad es neurótica y neurotizante y se enraiza en fragmentaciones psicológicas, sentimientos neuróticos de soledad y la utilización indiferenciada del objeto sexual como medio de evadirse psicológica o existencialmente. Ese tipo de sexualidad juega una función, pero una función neurótica y detrás de ella se ocultan buen número de carencias emocionales y un sustrato de inseguridad e inmadurez. La persona que practica un tipo de sexualidad tan compulsivo y neurótico jamás ve y aprecia a la otra persona como tal, sino que sólo la considera un objeto sexual y sólo aprecia el placer que el objeto sexual puede procurarle, es decir, las alteraciones agradables que puede causarle en su sistema nervioso. Esta relación sexual despojada de sentimiento, energía de cariño, consciencia lúcida y sabia contención es lo más antitántrico que pueda imaginarse.

Y para desmentir a muchos libros de tantrismo que no son más que obras-basura que de tantrismo nada tienen, hay que decir que el tántrico, precisamente por el valor que confiere a su libido, nunca se fragmenta en sesiones orgiásticas o en rituales mágicos propios de mentalidades paranoides. El tántrico utiliza su función sexual, como otras de sus funciones; instintiva, emocional, mental, para crecer, desarrollarse,





expandirse y reintegrarse. La vía de la erótica mística es también un medio para sentir, celebrar, reconocer y honrar el Shiva individualizado, es decir el espíritu o atmán.

Los consortes mágicos, al abrazarse amorosamente, no se detienen en las envolturas carnales sino que tratan de comunicarse de corazón a corazón y de espíritu a espíritu. Todo esto, obviamente, le resultará ajeno al compulsivo sexual que devalúa la sexualidad o que se empantana en la inflación sexual con absoluto desprecio de la consorte sexual.

Muchas personas, sobre todo hombres, utilizan a su compañero/a como mero medio masturbatorio. El tántrico, por el contrario, recanaliza sus pasiones desde la consciencia clara y alerta, con un sentimiento de veneración de su consorte, buscando antes captar la humanidad de éste, que recrearse tan sólo con el placer que nos reporta o podemos reportarle. El sexo es, pues, un medio de trascendencia y el tántrico considera a la mujer como la gran protagonista, la diosa, la demiurga, la heroína del acto, que se sacraliza.

A través de la pasión los tántricos insuflan el sentimiento de unidad cósmica y se consigue la participación en las potencias creadoras del universo. Pero, por supuesto, la erótica mística es una vía incompleta y es más bien un medio complementario para los buscadores que no son abstinentes.

La sexualidad sacramental, y por eso se denomina así, facilita el abordaje de lo sagrado. No facilita, pues, una experiencia meramente cotidiana, sino supracotidiana y en la que se intenta la experiencia de lo supraconsciente. El acoplamiento sexual se torna maridaje de energías complementarias y genera entre los consortes un vínculo energético poderoso y que perdura aunque éstos tengan senderos distintos en la vida.

El abrazo amoroso sexual se torna experiencia mística, con un fuerte sentimiento de unidad y cosmicidad. Una sexualidad vivida de este modo no contrae energética y psicológicamente, ni desencadena apego y dependencia, sino que permite una apertura energética: movilización de energía en los tres chakras inferiores y una apertura anímica.



La sexualidad es fuerza vital o Prana. La gran madre es introproyectada por el tántrico. La consorte sexual es la diosa, la madre, la hermana y la amante iniciática.

El tántrico no quiere fecundarla biológicamente, sino espiritualmente y al fecundarla se fertiliza a sí mismo y multiplica sus energías. Las religiones instituidas y masculinistas han dado de lado intencionadamente la figura de la diosa y, no contentándose con ello, han mostrado la sexualidad como una fuerza perversa y se ha realzado así la imagen del penitente asexuado, en lugar de hacer ver que si el asceta o el renunciante optan libremente por la abstinencia, no hay en ello ningún tipo de represión, ni ningún sentimiento estúpido de culpa les conduce a ello; sino que simplemente el deseo de acumular su energía y evitar no solo los apegos que puede producir la sexualidad, sino también el atolondramiento, les lleva a realizarla interiormente.

Del mismo modo que los billetes o monedas de menor cuantía pueden agruparse en un billete de mayor cuantía, en el tántrico que se inclina por la abstinencia, palidece el deseo sexual ante el deseo de lo incondicionado. Es fácil de ver, para cualquier persona que demuestre un mínimo de inteligencia.

Aunque ha habido corrientes eróticas en las tradiciones judías y cristianas, las iglesias instituidas se han encargado con lamentable eficiencia de, por un lado, opacar dichas corrientes y, por otro, de mostrarnos la sexualidad extramatrimonial o incluso la matrimonial, como perversa.

¡Cuánto mejor lo explican los sabios de la India!

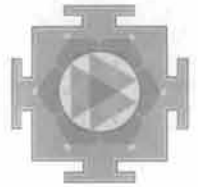
Nada hay de perverso en la sexualidad, sino que lo que intenta el verdadero buscador es no ser adicto, ni siervo de ningún apego, incluido el sexual que, sin duda, puede llegar a ser uno de los más poderosos.

Así como los trovadores medievales buscaban con entusiasmo a la dama, los tántricos no abstinentes buscan a la mujer porque ella constela la energía cósmica femenina. Buscador del eterno femenino, el tántrico al relacionarse sexualmente, se representa o consciencia la complementarización de las potencias femeninas y masculinas.





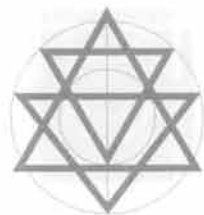
En la femeneidad o energía femenina hay una fuerza muy poderosa. La mujer es a la vez muy práctica y muy romántica, muy pragmática para lo cotidiano e hipersensible para el amor, a diferencia de los hombres, que carecen de intuición femenina, que son a veces muy torpes para lo cotidiano e hiposensibles para el amor. La mujer es la gran amante. No tiene que aprenderlo. Lo es. Basta con que se deje fluir.



El hombre tiene que estar en el aprendizaje porque su torpeza, unida a su egoísmo y su arrogancia, le requieren ese aprendizaje. La mujer tiene una recalcitrante tendencia a admirar al objeto amado; el hombre, a "fetichizarlo"; pero los tántricos saben que el amante exterior no hace otra cosa que constelar el amante interior, como el maestro externo es un reflejo del interno. Pero se mantenga o no relación sexual, la mujer, por su energía singular, es de importancia para el hombre.



Los mismos lamas tibetanos, incluso los de la escuela amarilla, célibes, nos dicen que el buscador necesita la energía intuitiva que procura y posee la mujer. Jesús, sin duda un urvareta o abstinente sexual, siempre estaba en compañía de mujeres, algunas consortes espirituales.



La boda mística halla su mapa externo en la relación amorosa, sea o no sexual. El amantazgo interior, alquímico, transformador y revelador, se apoya o inspira en el amantazgo exterior.



Para los pashus o aborregados, la relación sexual es una necesidad biológica más y no se dan cuenta siquiera de que la biología les engaña, porque hace placentero lo que a ella conviene, el coito, para prolongar la especie y sobrevivir ¿O es que la gente repetiría coito tras coito si no hubiera placer en el mismo? Más bien el coito se tornaría un trabajo repetitivo, aburrido y cansado.

El tántrico hace de la biología una supra-biología y de la mujer una mujer absoluta. Tampoco, como luego veremos, el amor es un amor cotidiano, sino un amor mágico o iniciático. En la relación iniciático-sexual el tántrico es mucho más que un pene descontrolado y una mente desordenada. Para poder

recuperar la naturaleza adamantina, poderosa y brillante como el diamante, se requiere la observancia de unos requisitos que no son fáciles.

Una cosa es que la sexualidad te tome y fornique por ti y otra que uno tome la sexualidad y haga el amor conscientemente, con cálida ternura y hermosa precisión. El simple apareamiento sexual, por gratificante, erótico o divertido que resulte, el tántrico no lo aprecia. Para un acoplamiento tal ni siquiera le merece la pena el esfuerzo de desvestirse. El saltacamas, por el contrario, hace el esfuerzo que sea necesario por seguir acumulando experiencias sexuales banalizadas.

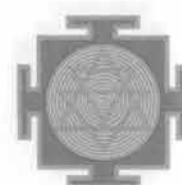
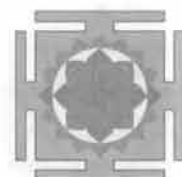
La diosa lo impregna todo, aunque el tántrico la constela principalmente en la mujer. Pero la relación con la mujer nunca debe llevarse a cabo gratuitamente en el terreno sexual. Cuando la relación místico-erótica tiene lugar es para transpersonalizarse, inmovilizar el ego y, en suma, transformarse. El deseo, altamente insuflado pero canalizado, es vía hacia lo que está más allá del pensamiento.

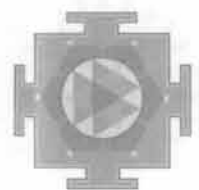
Para lograr una sabia conjunción de las energías femeninas y masculinas, energías lunares y solares, que circulan por los nadis izquierdo y derecho del cuerpo sutil, al lado del nadi-central; los amantes tántricos homologan la relación de Shiva y Shakti, aquella que desdobló al andrógino primordial.

La relación sexual es una celebración para la plenitud y no sólo, aunque también lo sea, un festín de los sentidos. A través del acoplamiento se establece una fusión de los opuestos y se recupera el sentimiento místico de unidad que añora todo buscador.

La aproximación a la mujer para el tántrico, dependiendo de si este es abstinentes total, abstinentes parcial o no lo es, puede ser; parcial: hay aproximación pero no contacto físico, semiparcial: con contacto físico; ternuras y caricias, pero no coito o total: relación sexual completa.

Pero el abrazo de los cuerpos debe ir siempre asociado al abrazo energético y psíquico. La conjunción de lo femenino y de lo masculino, que conforma el espiritual andrógino interior, está más allá de cualquier categoría de espacio/tiempo y logra





un ruptura en el ordinario nivel de la consciencia que permite otros vislumbres o percepciones.

Esta relación tántrico-sexual es para el tántrico una ayuda, por un lado, y por otro también un medio, todo hay que decirlo, de canalizar su sexualidad, y no mutilarla, pero sin salirse del ámbito del yoga. La mujer se torna así en la señora del deseo o kameshwari y hay tántricos que aprecian tanto todo lo que de ella surja, puesto que homologa a la diosa, que se precipitan en un rito, que puede entenderse como iniciático u otorgador de poder, pero también como superstición; que consiste en recoger en una hoja de loto el "semen" de la mujer y luego ofrendarlo en una ceremonia a la deidad femenina.



La diosa (Shakti) representa a todas las mujeres

La mujer, además de constelar a la Shakti, es tenida como un amplificador maravilloso de energías, pudiendo abrir ventanales a la expansión de la consciencia y permitiendo conectar con longitudes de ondas cosmizantes. Así la energía sexual se torna energía de expansión y cosmización.

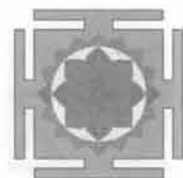
Si la pareja, durante el ritual sexual, retroalimenta un campo de vibraciones o energías entre cuerpos y cuerpos fluidicos, insuflando el deseo, pero no agotándolo ni descargándolo, es para “forzar” una experiencia anímica muy especial. Se produce una fusión de cuerpo a cuerpo, alma a alma y, finalmente, una trascendencia de todo lo personal. Pero esta instrumentalización de la energía sexual para desencadenar y potenciar la energía espiritual, no es asumida por el yogui no tántrico, aún si tiene relaciones sexuales.

Me explico. Los yoguis que siguen una vía de yoga no tantrizada, como quiera que tratan de estar atentos a lo que piensan, dicen o hacen, tendrán la atención bien alerta y perceptiva si practican la relación sexual, pero lo harán al margen de las teorías o prescripciones tántricas, o sea, sin recurrir a la conscienciación y homologación de la cópula primordial de Shiva y Shakti.

Un yogui no tántrico no se preocupa de tales orientaciones o prescripciones, o incluso las puede considerar todavía un freno o parte de un yoga incompleto. Mantendrá la actitud meditativa durante la relación sexual-amorosa, como la sostiene siempre que es posible en cualquier actividad, siguiendo la denominada contemplación en la acción, pero prescindirá de todas las indicaciones, prescripciones y claves de los tántricos en este sentido.

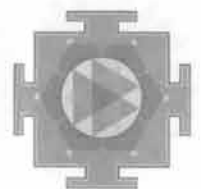
El yogui no tántrico se limita a ser abstinente, si es un monje, un renunciante o a practicar la relación amorosa-sexual con atención, pero libre por completo de filosofías tántricas, a las que muchos buscadores en la senda del yoga u otra consideran todavía juegos del ego e incluso trabas.

No se trata, desde luego, de reprimir o mutilar la energía sexual y los yoguis, cinco mil años antes que los psicoanalistas, ya sabían de los riesgos de la represión, sino de reorien-





tarla o simplemente utilizarla conscientemente, incluso llegando al orgasmo sin eyaculación o no llegando, pero sin la representación sacramental sexual del tántrico. Podríamos decir que también el yogui no tántrico, para conservar sus energías sexuales o reconvertirlas, puede hacer el amor sin eyacular, pero no arropará todo ello con las fórmulas y teorías salvíficas de los tántricos.



Del mismo modo que las deidades masculinas tibetanas tienen su consorte mágica o diosa, el tántrico, si sigue la denominada vía del Tantra húmedo, puesto que el denominado Tantra seco es el de la abstinencia, cuenta con su compañera dhármica (espiritual) y tántrica y entra en relación sexual con ella para generar poderosas energías que producen gran deleite y que, al reportar un gran goce físico y anímico, el tántrico convierte este goce en gozo místico y en sentimiento de unidad y plenitud. La mujer externa conduce a la mujer interna y el hombre externo al hombre interno.



El "éxtasis" producido por la cópula se aprovecha para conectar con lo inmenso y recrear un sentimiento donde no hay tú o yo, sino todo. Pero el yogui abstinente, sabe que más poderoso que todo ello, es la creciente acumulación de energía sexual y por eso en la tradición india, se ha considerado que los ermitaños o ermitañas tienen un gran poder interior, porque no derraman su energía sexual y la recanalizan hacia los chakras superiores.



No podemos dejar de señalar que hay infinidad de buscadores, ellos mismos practicantes de la sexualidad, que consideran todas las prescripciones tántricas en la relación sexual como una simple pamplina y que dicen que lo único necesario es estar atento y meditativo, con la consciencia lúcida, optando por llegar al orgasmo o no, ya sea con eyaculación o no y no dejarse enredar por teorías mitológicas.



Es por todo ello que el verdadero rito iniciático tántrico-sexual es para aquellos que se identifican con los principios del tantrismo y que nada tiene que ver con ese bochornoso pseudotantrismo propagado y enseñado en Occidente y fertilizado por libros que son cuando menos una falacia

inexcusable y que propone el tantrismo como un vano intercambio sexual, donde se enfatiza no la actitud espiritual o realmente tántrica, sino la utilización de acrobáticas posiciones sexuales.

Una vez más tengo que decir, como ya he hecho en otras publicaciones y conferencias, que los manuales sexuales llamados Kamasutra y Ananga-ranga no tienen nada de tántricos y que no contienen principios tántricos de ningún modo, sino que más bien podríamos calificarlos de categóricamente antitántricos. Pero muchas personas, por su pobreza espiritual o porque tienen una necesidad compulsiva de lo exótico o de arroparlo todo con lo raro e insólito o porque requieren renovar su enrutinada capacidad de asombro, necesitan tintar sus relaciones sexuales engañando o engañándose con el pretexto de que son tántricas y, por ello, muy sugestivas y trascendentes.

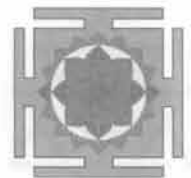
Pero el tántrico tiene necesidad de la mujer externa para reencontrar a su mujer interna o, aunque no le sea estrictamente necesario, opta por servirse del encuentro con la mujer externa para guiarse hacia la mujer interna.

La compañera exterior es una puerta hacia la absoluta compañera interna y la consorte de carne y hueso es una representación de la diosa como consorte. Incluso el tántrico estima que si la consorte de carne y hueso le falla, siempre contará, afortunadamente, con la diosa consorte.

Al celebrar el rito con la Shakti en forma de mujer, lo está visualizando en realidad como celebración con la Shakti o energía femenina primordial.

Así como otros yoguis se sirven de distintos temas meditacionales, el tántrico que emprende la relación amoroso-sexual se ayuda de la meditación a través de los cuerpos y energías de los amantes. Pero esta sacralización del acto amoroso nunca debe ser un pretexto, sino una realidad.

Para el yogui si hay atención, ecuanimidad y desapego, todo puede convertirse en una vía liberatoria y de acrecentamiento de la consciencia, ya sea preparar una ensalada, hacer una taza de té o hacer el amor. La vida misma, para el guerre-





ro espiritual, es el camino de los caminos. Vivir la vida consciente y ecuánimemente es siempre estar en el ejercitamiento espiritual.

Todo guerrero espiritual tiene una marcada necesidad de ingredientes que adornan o son consustanciales a la mujer, como su intuición, su ánimo presto, su ternura consoladora y envolvente, su esencia mágica y embelesadora y su capacidad para absorber muchas tribulaciones ajenas.

Todo buscador sensible tiene predisposición hacia la ternura femenina. Empieza por amor con infinita ternura hacia su madre y luego hacia las mujeres que se presentan en su vida y hacia las mujeres en general.

Tanto si hay una aproximación amoroso-sexual como si no la hay, el buscador valora extraordinariamente la ternura y femeneidad que exhala la mujer, sobre todo, naturalmente, la mujer sensible y con inquietudes.

El buscador, incluso el que no tenga ningún tipo de inclinaciones tántricas, anhela en la mujer sus infinitos y polivalentes matices, porque ciertamente la mujer puede adoptar todas las formas de la diosa, desde las más dulces a las más acres, desde las más amorosas a las más destructivas.

La mujer es mucho menos lineal y, anímicamente, infinitamente más multivariada que el hombre. Transcribo un texto que refleja los sentimientos que una mujer con inquietudes o una buscadora puede alentar no sólo en el tántrico, sino en todo hombre con sensibilidades no mutiladas:

"Me gustaría ser una sonrisa en el santuario de tu corazón.

Me gustaría entibiar con mi cariño la gelidez de tu soledad cuando te toma.

Me gustaría que me sintieras circulando por tus venas, al asalto de tu corazón, y retoñar en cada uno de tus pensamientos y poder situarme en cada esquina de tu destino.

Me gustaría ser tu corazón, tu lascivia, estallarte de pasión y deslizarme sigilosamente por cada átomo de tu ser; convertirme en el hechizo que embriagase tu mente, el encanto



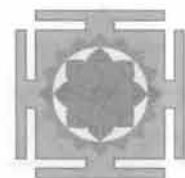
que invadiese tus sentimientos, la vibrante evocación de tu memoria, el sabor de eternidad de todas tus fantasías.

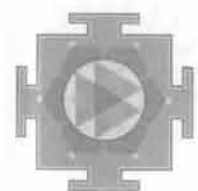
Me gustaría convertirme en tu festín y en tu gloria, en tu aurora y en tu crepúsculo, en tu abismo de pasión inmensa y desenfrenada.

Me gustaría internarme disparatadamente en cada una de tus células, urgido por la carne y el espíritu, ser torrente en el torrente de tu vida, exaltación de tus ensoñaciones.

Me gustaría esmaltar tu ánimo en los momentos fatigados de tu vida y demorarme para siempre en tus sentidos si siempre no fuera demasiado breve, si siempre no fuera más que el comienzo de un inmenso y amoroso trayecto sin final."

En todo hombre y en toda mujer con sensibilidad mora, en lo profundo, el anhelo de un amor mágico, porque este tipo de amor, intensísimo y no exento de peligros, es el que dinamiza todo el ser. La misma Kundalini es la gran maga. Quizá es ella, con su energía de ilusión, la que insufla este anhelo o añoranza amorosa de búsqueda de un amado/a que despierte el amor mágico que puede turbar, perturbar y conturbar, pero que es como un néctar embriagador e indeciblemente dulce que impregna todas las células del cuerpo y se funde con las vibraciones del alma.





Los amantes universales: Radha y Krishna

Capítulo VII

El universo de la pasión

Las dos caras de la pasión

La pasión es una inclinación intensísima hacia un sujeto u objeto. Es una energía muy poderosa que nos impele hacia el objeto de la pasión, sea este un ser humano, un animal, una planta, una actividad o lo que fuere. La pasión actualiza todas nuestras energías de anhelo y las canaliza hacia el objeto que despierta ese afán. Cuando nos apasionamos vívidamente por algo o alguien, todo lo demás y los demás pasan a ocupar un segundo plano o, peor aún, incluso ninguno.

La pasión canaliza todas nuestras energías y las unidireccionaliza hacia la fuente de la pasión. Así, cuando una vez le preguntaron al premio Nobel y botánico doctor Bose por qué no había tenido esposa ni hijos, repuso: "¡He estado tan ocupado con mis plantas!" La botánica había sido su gran pasión y había desplazado cualquier otro interés intenso, porque la pasión, para bien o para mal, acopia todas las energías, o la mayor parte de ellas, sobre el objeto de la pasión.

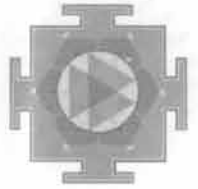
Pero la pasión, que tanto nos motiva, revitaliza o entona, tiene su cara y su cruz. A menudo la pasión puede tornarse otro tipo de pasión, que es la pasión como término que designa dolor intenso o sufrimiento, como la pasión de Jesús. El néctar puede tornarse veneno, el bálsamo se puede hacer corrosivo, lo que entonaba puede desvitalizar. La pasión, en su grado intenso, aliena, excluye a todos los que no sean el objeto de la pasión, es pues exclusivista y no inclusivista. Origina aferramiento, sentimiento de posesividad, apego desmedido, dependencia mórbida e incluso abyección. La pasión es una energía que realmente puede quemar y electrocutar.

Pero si son muchas las personas que aspiran a una pasión y concretamente a una pasión amorosa, es porque ese acontecimiento, raro evento, que a veces ni una sola vez se





produce en la vida de una persona, renueva por completo y en lo profundo la capacidad de asombro; revitaliza, aunque también desvitaliza, nos hace olvidarnos de nuestra identidad para poner toda la energía y la libido en otra persona, quiebra las estructuras ordinarias y rutinarias, por tanto tediosas, de la mente, insufla energías extras, da un toque de irracionalidad a la mente lógica, abrillanta la existencia y estimula el ánimo.



La pasión es como un tónico poderoso, que excita psicológica y mentalmente, no solo físicamente, al apasionado y le lleva a hacer incluso cosas que jamás haría de otro modo, recobrando una visión-percepción diferente de su devenir, pudiendo, aunque sea temporalmente “descoagular” sus petrificados hábitos y repetitivas reacciones internas.



Pero caminar por la senda de la pasión, sí que es hacerlo por el filo de la navaja. Se requiere un especial sentido del equilibrio, que precisamente la pasión tiende a quebrar. La persona apasionada solo vive para su pasión. Anhela, desea, añora, se aferra, depende y puede volverse como una rueda desinflada, si no recibe energía de la persona que despierta su apasionamiento. La persona que despierta tal pasión, fascina al que la siente, le imanta, embelesa, turba y hechiza.



El hechizo de la pasión, es de los más embriagadores y narcotizantes y origina en la persona apasionada, cuando no se vive la pasión a la luz del entendimiento claro y esto solo un héroe puede conseguirlo y el guerrero espiritual, también lo pretende; estados emocionales muy cambiantes, altibajos, alborozos y penumbras, miedos insensatos y el temor a perder el objeto de la pasión. Surge así una demanda excesiva y neurótica de seguridad. Por nada del mundo el apasionado quiere verse privado del objeto que despierta su pasión. No le hables a él de que todo es transitorio y efímero, porque ensueña que la pasión y el sujeto de su pasión serán para siempre y sólo dudar de que así no sea, le espanta y le hiela la sangre.



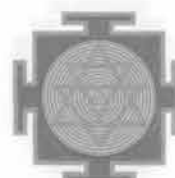
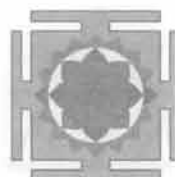
La pasión no deja mucho lugar para la lucidez y la comprensión clara. La pasión es como el más hábil ilusionista que te hace ver lo inexistente. La maya (ilusión cósmica) se emplea

a fondo en la relación pasional. Pero el apasionado jamás logra disfrutar de paz verdadera; es un tesoro que le está velado y vedado. ¿Por qué? Porque cuando tiene al objeto de su pasión está angustiado porque puede dejar de tenerlo y perderlo, y cuando no lo tiene la angustia es cataclísmica. Así es difícil hallar real consuelo.

Analizaremos, aunque sea de un modo sucinto, la pasión y el enamoramiento porque de ese modo comprendemos mejor la pasión tántrica, es decir, la pasión desautomatizada y a la luz de la sabiduría y el equilibrio. En principio, esta pasión tántrica es difícil de comprender, porque es como hablar de un fuego intenso que no quema. Pero ya el tántrico señala que vive la pasión desapasionadamente o que es desapasionadamente apasionado. También se podría decir que es tan apasionadamente desapasionado que la pasión la puede sentir pero no le toma tan ciegamente como a la persona ordinaria.

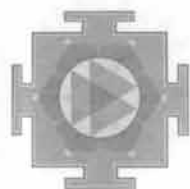
El enamoramiento es un proceso misterioso que puede producirse casi instantáneamente, aunque a veces no es así. Una persona nos llama la atención, nos atrae, nos causa un sentimiento-sensación de arrobamiento, nos despierta ensoñaciones amorosas y sexuales, también a veces humanas, desata nuestra imaginación, insufla nuestra fantasía amorosa y nos empieza a captar celular y psicológicamente. La persona nos comienza a embrujar o, dicho de otro modo más exacto, empezamos a embrujarnos nosotros mismos por las sensaciones gratas que esa persona nos provoca. Nos gustaría hablar con esa persona, sentir su tibia mejilla junto a la nuestra, oler su perfume, escuchar su melodiosa voz y sentir más de cerca sus ojos expresivos en los nuestros.

La fantasía amorosa opera a mayor velocidad que viaja la luz. La ensoñación nos toma, como nos toman el enamoramiento y la pasión, porque son inconscientes, mecánicos y raramente voluntarios. El objeto amoroso nos envuelve, nos deleita, nos obnubila, nos conmueve y nos remueve. Es una sensación tan intensa, casi frenética si no lo es, tan poco habitual, tan estimulante, que ¿cómo no rendirnos a ella? Se





despierta el amor, que no es tal. Un flujo de energía pasional comienza a fluir libre y espontáneamente, pero no consciente ni voluntariamente. La mente de las células se agita; la bioquímica se precipita. Empezamos a ver en la persona que despierta nuestro enamoramiento todo tipo de matices, de polivalencias, de embrujos y encantos, de rasgos excitantes y embelesantes. El fenómeno de la proyección, lo que anhelamos ver más que lo que vemos, se dispara. Las sustancias hormonales se agitan, aunque podemos pensar erróneamente que no es cuestión de nada de lo relacionado con lo sexual, porque queremos adornar la pasión con sentimientos de sutil romanticismo.



Pero no hay pasión casta si puede dejar de serlo. Lo que sucede es que de tal modo nos impresiona, cautiva y enciende nuestros sentidos, que esa pasión o enamoramiento no tiene rival y no es comparable con sentimientos más burdos que hemos sentido por otras personas que nos han despertado alguna inclinación sexual o amorosa. A la persona que provoca el enamoramiento se la considera especial. Se la ve a la vez sutil y procaz, etérea y sensual. Si es que naturalmente se la ve, porque la pasión pone su venda particular en los ojos del apasionado.



A veces el sentimiento de enamoramiento naciente es ya tan intenso que genera más dolor que placer e incluso uno está tentado de abandonar la empresa porque, a poco inteligente o caritativo con uno mismo que uno sea, no puede dejar de cuestionarse si merece la pena tanta tensión. Pero la tensión es como una droga y crea sentimientos ambivalentes que acicatan.



El enamoramiento crea un sentimiento de urgencia donde el tiempo cronológico no cuenta, como no contarían las formas si no fuera por viejos patrones de conducta. La persona que siente el enamoramiento abrazaría instantáneamente a la persona que la enamora, sin tener que esperar días o semanas para ello. Porque la persona que se enamora puede tener la sensación de que más que conocer a la persona que la enamora, la está reconociendo. Ya se sienten tantas cosas en

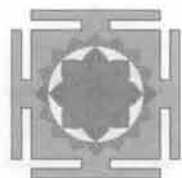


común, tantas vivencias compartidas y tantas otras que compartir, tantos afanes y esperanzas.

El enamoramiento va tomando ladinamente al que se enamora. Puede llegar a convertirse en una de esas pastillas dulces en la superficie, pero luego muy amargas en el interior. Entonces el placer es sólo el preludio del sufrimiento. Pero ¿quién no quiere exponerse? Hasta los que tienen miedo por anteriores pasiones frustradas, fracasadas o muy dolorosas no pueden resistirse a un nuevo enamoramiento si este se produce, entre otras razones porque la vida es demasiado aburrida para la mayoría de las personas y quizá es mejor el sufrimiento que la nada.

En la medida que más nos despierta la atención la persona deseada comenzamos a descubrir en ella nuevos rasgos de belleza y sutilidad, que otros no sabrían ver ni intuir y comenzamos a invertir incluso a esa persona de cualidades de las que tal vez siempre ha estado muy distante. Si un día se descubre que esas cualidades son inexistentes puede producirse ese fenómeno bastante común de que, quien antes nos encantaba ahora nos desencanta o de que quien antes era fantástico luego no es más que un "vulgar mequetrefe". Porque cuando el enamoramiento se produce la fantasía tiende a poner toda clase de hermosos velos de colores sobre la persona que enamora, con lo que se corre el riesgo de que al final se vean los velos multicolores pero no a la persona velada.

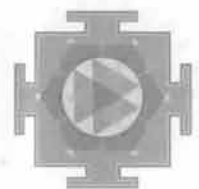
El enamoramiento tiene poca capacidad para desvelar. Ahí la Shakti juega sus mejores representaciones y se muestra especialmente traviesa. Si el enamoramiento va actualizándose más y más, la persona que lo despierta termina siendo la mejor, la más idónea, la más excitante, aunque en realidad pudiera ser la más vulgar y mediocre, porque en el enamoramiento si que suele cumplirse inexorablemente aquello de "así es si así os parece". Y el enamoramiento se actualiza en cuanto la persona que comienza a sentirlo tenga esperanzas; y si no tiene esperanzas puede aún ser peor, porque no hay enamoramiento más intenso, en algunos individuos, que el que despierta el objeto inaccesible, del mismo modo que en





otros sólo lo despierta el objeto amoroso en huída y en cambio no supieron apreciarlo, o incluso les aburrió y cansó mientras lo tenían seguro.

Detrás del enamoramiento, salvo en personas muy equilibradas (¿se enamoran las personas equilibradas o su enamoramiento no es el común enamoramiento?), siempre hay funciones psicológicas inconscientes que mueven sus hilos invisibles con sorprendente destreza. Así, el enamoramiento tiene sus cómplices: entre otros, el ego, la vanidad, el afán de suturar viejas heridas abiertas, el anhelo de sobrepasar la monotonía vital, la ansiedad para parchear los huecos de soledad, y tantos otros.



Asimismo, cuando hay enamoramiento sin amor, lo que en realidad se está produciendo -y permítasenos decirlo sin romanticismos ni ambages- son alteraciones agradables en el sistema nervioso, por muchos ropajes y adornos que uno les coloque y cuando uno dice amar a la otra persona en realidad lo que estamos amando egocéntrica y egoístamente es el placer que la otra persona nos reporta y no a la persona misma, hasta tal grado que, si en lugar de darnos placer nos da disgustos o problemas o displacer, dejamos de amarla por la simple razón de que nunca la habíamos amado. Y llegamos aquí a un punto en el que ya hay que hacer una diferencia notable entre:



Enamoramiento sin amor y enamoramiento con amor

Sexualidad sin amor y sexualidad con amor

Cuando hay amor genuino puede acabar el enamoramiento y la sexualidad incluso, pero el amor verdadero prevalece para siempre y por siempre. Si las personas ya no sienten atracción sexual pueden cambiar el signo de la relación, pero el amor predomina para siempre. Cuando, por el contrario, el enamoramiento o atracción sexual no estaban coloreados por el amor, ni por la compasión o "pasión con", en cuanto la caricia se desgasta, la química se remansa y lo raro y excitante se vuelve normal y cotidiano, el enamoramiento se esfuma y no queda ningún vínculo, ni siquiera humano, entre los amantes.

Lo que tanto llamó la atención (atender a) y despertó tan



frenético entusiasmo se queda reducido a menos que cenizas. ¿Qué había entonces aparte del placer -respetable, desde luego- sensorial? Por quien hoy se daría la vida (¡qué expresión tal altisonante y casi siempre tan falaz como poética!), mañana nada representa. Y llegado el caso, esa persona por la que daríamos la vida se torna tan fatigosa para nosotros que lo mejor es poner punto final a la relación con ella.

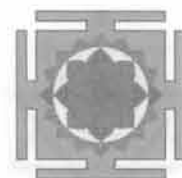
Ese enamoramiento sin amor se torna utilitarista en extremo, porque el que está enamorado puede no ver a un ser humano real y con todas sus inquietudes, ya que la propia fascinación amorosa oculta la realidad humana del objeto amoroso.

No es de extrañar, pues, que a veces, y para los que realmente aman, pueda decirse aquello de "al final del sexo, el amor". Pero si el enamoramiento ejerce tal fascinación sobre la mayoría de los mortales, ¿no será también porque nos hace olvidarnos de nuestra "insoportable levedad del ser" y nos impele a estar en la otreidad, o sea, en lo otro, aun a riesgo de perdernos a nosotros mismos por mucho tiempo?

Cuando las personas se han recuperado del duelo amoroso que provoca una ruptura de amor, se reponen, siempre sienten o incluso declaran que notan que han vuelto a ser ellas mismas, o sea, mientras estaban enamoradas vivían cuando menos semi-enajenadas, como el actor que de tal modo se cree e identifica con su papel que deja de ser él mismo.

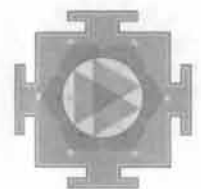
Pero el enamoramiento, donde el ego interviene activa pero subrepticamente, es un gran impostor. A veces, cuando creemos empezar a desenamorarnos, si experimentamos al punto que ya no interesamos a la otra persona o presuponemos que puede tener otra en perspectiva, entonces renace intensamente el fuego de la pasión y las relaciones sexuales se avivan y enriquecen.

O sea, el enamoramiento se debilita cuando hay una total seguridad y también lo hace, si recurrimos a una lectura más profunda del hecho, porque la sensación repetida, por agradable que sea, termina embotándose y aun convirtiéndose en rutina.





Pero mientras el enamoramiento y la pasión están encendidos las personas apasionadas se vuelven narcisistas y se desprecupan de los otros. Incluso los que eran más amados, ¿lo eran realmente?, pasan a un plano muy secundario. Lo que urge es la sensación grata que nos provoca el objeto amoroso y que nos sumerge en un abismo de placeres intensos y turbadores. La libido activada, casi enfurecida, es como un huracán difícilmente controlable.



El tántrico, precisamente, se desafía a si mismo viviendo la pasión desde la ecuanimidad y la lucidez. Porque la pasión que quiere el tántrico para instrumentalizarla místicamente no es la pasión profana, ciega y mecánica, sino la pasión consciente, que pone al descubierto todas las potencias telúricas y fluídicas pero que no es capaz de desarbolar el entendimiento del tántrico.



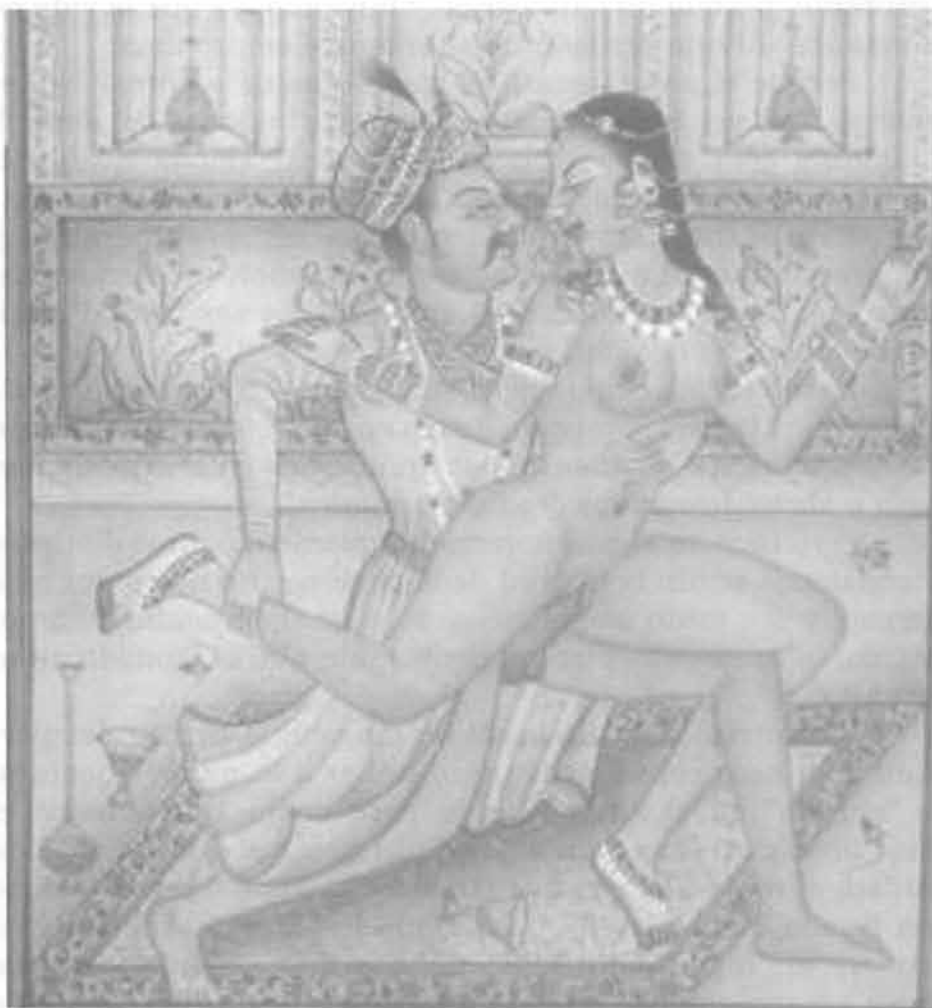
La pasión mecánica no es más, aunque nos lo ocultemos, que una estratagema de la Shakti en forma de biología que pretende sobrevivir y reproducirse, pero la pasión consciente del tántrico queda al descubierto, como el sagaz espectador descubre el truco, por sutil que sea, del hábil ilusionista. Si la pasión se vive conscientemente, desde la sabiduría, entonces no es esclavizante sino salvífica y se torna una fuerza muy poderosa que no hay que mutilar pero si canalizar. De ahí que el tántrico viva la pasión con un sentido iniciático y no profano, sagrado y no cotidiano. Evita así los riesgos de las pasiones trágicas o excesivamente lacerantes y es capaz de valerse del lado luminoso de la pasión y no encadenarse al lado siniestro.



Pero además vive la pasión con compasión. La compasión es "padecer con" y sentirse identificado y participe de las necesidades y sufrimientos de la otra persona. El tántrico se entrena para que el enamoramiento sea con amor y la sexualidad con compasión, nunca desde la dependencia sino desde la interdependencia. Muchos, pues, pueden vivir una pasión o enamoramiento ¿Habéis visto a los patos? Se enamoran en extremo y los patos-macho son bastante más delicados y sensuales que la mayoría de los hombres, pero muy pocos o contados una pasión con lucidez y compasión. El trántrico utiliza



la pasión como medio. Dice Kabir: "Apuntó a la imagen y le dio a Dios." Podríamos decir del tántrico: "Amó a la mujer para llegar a la diosa".



El Kama Sutra, no es el Tantra

Toda relación amorosa sana debe respetar tres espacios: lo tuyo, lo mío y lo nuestro. Pero el enamoramiento es una sustancia empañante que difumina estos tres espacios. Cuando todo se torna lo nuestro, que no lo de otros, así puede ser de egocéntrica la relación amorosa, la semilla de los problemas, dependencias mórbidas y frenos internos ya ha surgido.





Un amor que encadene y active celos, afán de posesividad, resentimientos y reproches no es amor. Un amor verdadero será a la vez mutuante, de recíproca ayuda y cooperación y mutante, porque irá cambiando y fluyendo, ya que la vida no es estática. El que verdaderamente ama siempre ama.

Porque el amor ¿acaso es una suma de amores? No, es amor y, si es verdadero, resulta ser "amor" o amor del alma. Y el amante genuino bien puede decir a su amada o amado: *"Conmigo o sin mí, a mi lado o al lado de otra persona, te amo."* Este amor es transtemporal y transespacial; no es para hoy y no para mañana. La pasión se agota; el amor, no. Las sensaciones agradables palidecen; el amor, no. La sexualidad remite o se extingue; el amor, no.

Desde luego, como dijera Lawrence: *"La amistad es más segura que el amor, porque un amigo no lo es o deja de serlo porque te produzca o no alteraciones agradables en el sistema nervioso y hormigueo en los órganos genitales"*.

Pero incluso el enamoramiento puede alcanzar distintas intensidades según la actitud de la persona. No hay amor más intenso, y por tanto más arriesgado, que el denominado amor mágico, ni amor más pleno y persistente que el llamado amor absoluto.

El tántrico busca a la mujer mágica, la Shakti despierta en ella, pero como medio para hallar a la mujer absoluta. Se "enreda" en el amor mágico pero como senda hacia el amor absoluto. En el amor absoluto brota el sentimiento de unidad, el mismo que el místico anhela. Todo buscador tiene una huella indeleble en el alma que le recuerda inconscientemente el "lugar" o "fuente" del que fue exiliado y al que añora amorosamente retornar. Es muy hermoso el siguiente poema de Kabir:

*"El río y sus olas son una unidad;
¿qué diferencia hay entre él y ellas?
Cuando se levanta la ola es de agua
y agua es al caer de nuevo.
¿Dónde está, pues, la diferencia?"*



*¿Deja de ser agua porque se la llamó ola?
Dentro del Divino Supremo
existen los mundos como cuentas de un rosario.
Contempla ese rosario con el ojo de la Sabiduría."*

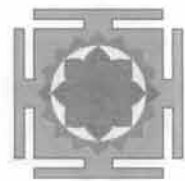
El enamoramiento empaña, en la mayoría de las personas, el ojo de la sabiduría, pero el tántrico trata de invertir esa energía de oscuridad y convertirla en energía de luz. ¿Cómo? No perdiendo la consciencia clara ni la presencia de si en el enamoramiento, ni en el amor ni en la relación amoroso-sexual.

El tántrico es como si dijera: "Si la *Shakti* se empeña en jugar conmigo, voy yo a jugar con ella." El títere se rebela y trata de conquistar a su dueño, en este caso la diosa.

Muchos tántricos, empero, se sirven mística y existencialmente de su consorte, pero no se comunican corporalmente con ella, tal vez porque consideran que el amor inaccesible es más seguro, intenso... y exento de peligros si sabes mantener la mente clara y no te sientes espoleado precisamente por la inaccesibilidad del objeto amado.

Desde luego, el trovador estaba más seguro que el amante de turno de la dama. Vivía suspirante, como alma en pena, pero vivía. La dama era su fuerza inspiradora, su musa, su heroína y su diosa viviente. Encima nunca le era dado descubrir los defectos de esa diosa, pues entonces hubiera dejado de serlo, con lo que el fenómeno amoroso que Stendhal llama "cristalización" o investir a la persona amada con cualidades de las que carece, se mantenía de por vida. Amar en la distancia es doloroso, pero perpetúa el amor. Amar en cercanía, día a día, puede ser más aburrido que doloroso, pero también puede finalizar con el amor.

Cuando la pasión encendida desarbola la mente del individuo y nubla su consciencia, este puede, en el peor de los casos, cometer toda suerte de desatinos e incongruencias y llegar a comportarse de modos grotescos que luego pueden hacerle sentirse muy ridículo o menoscabar su autoestima. Si dos personas entran en el juego de una pasión desenfrenada





se puede producir la “folie a deux” o locura compartida, donde el frenesí de la pasión es tal que las personas conforman una relación simbiótica, como la perla con la ostra, donde ya no se respetan los espacios saludables de “lo tuyo”, “lo mío” y “lo nuestro”, sino que las personas inmersas en una relación tan mórbida llegan a no saber vivir ni manejarse la una sin la otra o, así mismo, a experimentar la creciente ansiedad que produce el temor de perder a la otra persona o de no poder contar con ella o incluso de que la otra persona no pueda vibrar en la intensidad compulsiva que uno experimenta.

Este tipo de relación donde la consciencia queda empañada y el discernimiento distorsionado es anti-tántrica, en cuanto que roba sabiduría, lucidez, verdadero amor y compasión. Precisamente el tántrico trata de poder potenciar una pasión tal, pero manteniendo la consciencia clara. Tal es su reto, su prueba, su maestría.

Pero cuando se ponen al descubierto todas las carencias emocionales, huecos de soledad y dependencias en una relación tan simbiotizada, esta se perturba con todos aquellos elementos o contaminaciones que trata de purificar el amor consciente. Tales son:

Afán de posesividad.

Manipulaciones más o menos sutiles.

Exigencias.

Reproches.

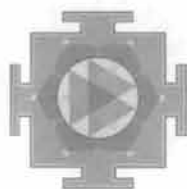
Celos.

Hacer cargos a la otra persona.

Egocentrismo desmedido.

En tales casos se anhela el placer que la otra persona nos reporta y la función psicológica -a menudo subconsciente- que juega para uno, pero no se aprecia en verdad a la persona misma, e incluso, de hecho, ni siquiera se la ve tal cual es, pues se la reviste de los velos de la proyección, las expectativas y los deseos.

La otra persona “es” en cuanto que nos procura deleite o cubre nuestras lagunas psicológicas. Ahí no puede resplandecer el amor consciente ni destellar la verdadera compasión.



El “amor” se torna aferrante y convierte a la otra persona en objeto o artículo de propiedad, en lugar de ponerle alas de libertad.

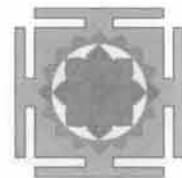
El enamoramiento, que nunca hay que confundir con el amor, al tornarse tan desmesuradamente intenso, puede provocar inestabilidad, inseguridad y fragilidad. La persona tan efusivamente enamorada pone todo el sentido de su vida en la otra, ya que le procura un placer sensorial muy intenso que desencadena vitalidad, tensión emocional y hechizo. Despliega así sobre el objeto del amor toda su energía o libido, pero si la otra persona rescinde un día la relación, por ello mismo se encontrará desvitalizada, como alma en pena, llena de zozobra y desconsuelo, en un insuperable sentimiento de desamparo o desvalimiento.

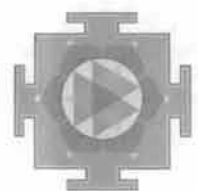
Algunas personas padecen de tal manera el mal de amor que este se vuelve una verdadera enfermedad. La persona no puede desvincularse ni vivir un duelo relativo, sino que sigue inmersa en un profundo abatimiento y mantiene la esperanza, “la esperanza es mi infierno”, de que la otra persona regresará a la relación o podrá ser de nuevo conquistada. La relación de enamoramiento ha propiciado tan compulsivo apego y tal afán de aferramiento que cuando se pierde al objeto amado se experimenta un desaliento abismal y el “abandonado” entra en un estado de ánimo penoso, permaneciendo en insuperable fijación con respeto a la persona amada.

Si no es capaz de aceptar el incontrovertible hecho con lucidez y el duelo se sobredimensiona, entonces pierde parte de su razón y se crean insuperables ambivalencias de amor-odio, inclinación-resentimiento, afán de venganza y situaciones anímicas similares.

Todo ello porque también interviene el ego y sus múltiples heridas insuperadas y la persona “abandonada” no puede comprender cómo a ella se le ha podido hacer eso y no acepta el hecho de que la otra persona se haya desenamorado o haya emprendido otra relación de amor.

Si no pierde la esperanza y difícilmente la pierde en principio el enamorado; la persona “abandonada” -en lugar de





aceptar saludablemente que la vida comenzó sin la otra persona y sin la otra persona acabará- se puede convertir en un verdadero mendigo de amor y tratar por todos los medios, sutiles y bruscos, pacíficos y violentos, a menudo incluso abiertamente absurdos o grotescos; de reconquistar a la persona perdida, sin comprender que es casi milagroso que la persona que se desenamoró vuelva a enamorarse. Pero muchas personas están psicológicamente incapacitadas para aceptar el hecho y su pensamiento, incontrolado y enfebrecido, que les sigue haciendo estar vinculadas a la persona amada, aunque esta se resista a todo intento de persuasión o seducción por parte del enamorado.

En cambio, en el amor consciente, como ya veremos, se insufla de tal modo el anhelo de que la otra persona sea feliz, que se acepta plenamente el hecho y entonces el duelo amoroso no se sobredimensiona ni se dramatiza en exceso.

Pero el enamorado común, y más si su ego no está maduro y es muy narcisista, no acepta ser dejado por el objeto amoroso e incluso cuando esta situación se produce, el objeto amoroso, al que tal vez apenas había prestado siquiera la atención debida, se vuelve más y más deseable y se le idealiza de tal modo que uno piensa que no podrá vivir sin él.

El objeto amoroso se vuelve único en un mundo de cinco mil millones de seres humanos y la persona "abandonada" no puede ni siquiera aceptar la idea de que otra persona puede proporcionarle el mismo sentimiento amoroso. Si, además, la otra persona ha sido entronizada y vivenciada magestáticamente, entonces el "abandonado" se siente como un pobre perro callejero y su autoestima puede descender a mínimos.

Muchos amantes "abandonados" se vuelven verdaderamente obsesivos y no pueden hablar de otra cosa que no sea de la persona amada y de lo que ha sucedido. Tratan así -contándose a todo el mundo- de aliviar su enorme ansiedad y su zozobra insuperada. Sufren toda clase de altibajos anímicos y toda suerte de ambivalencias emocionales.

Hay que tener mucha paciencia con el "enfermo de amor". Se vuelve muy egocéntrico y no hay nada en su campo

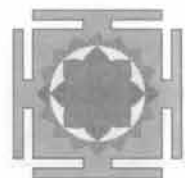
de pensamiento-emoción que no sea la persona amada. Pasa por instantes de resentimiento enfurecido o por momentos de añoranza debilitante. De súbito considera a la persona amada como la mejor o la siente como la más perversa y malevolente. Como dijera Pascal: *"El corazón tiene razones que la razón no entiende"* y se entabla una lucha frenética entre el pensamiento y las inclinaciones, instintos y emociones.

Cuanto más pierde a la persona amada, más se intensifica la obsesión del enamorado "abandonado". Este proceso puede extenderse por semanas, meses o incluso años. La dependencia o vínculo dependiente es muy difícil de superar, según las personas y su grado de madurez interior o psicológica. Pero tan desesperadamente se puede vivir la situación de abandono que ciertamente esta causa es uno de los factores primarios de suicidio. Para el tántrico la relación es siempre un aprendizaje. Ella pone al descubierto muchas carencias que así podemos conocer y superar. Pero además hay que aprender a tallar cuerdamente la relación desde la interdependencia, pero jamás desde la dependencia mórbida.

Toda relación debe ser mutante y "mutuante", es decir, debe evolucionar y debe ser para la mutua ayuda. En principio, toda relación elegida libremente debe ser para el recíproco crecimiento, el enriquecimiento personal, la mutua ayuda y la cooperación.

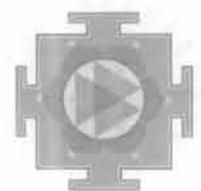
Si una relación no es gratificante y saca de los componentes lo peor de cada uno de ellos; agresividad, celos, afán de sometimiento, etc., hay que preguntarse e investigar por qué se mantiene una relación así, que generalmente no es ni mucho menos por amor, sino por mecanismos inconscientes que se imponen sobre la persona. Todos tenemos, en algún modo, necesidad de ser afirmados, aprobados y considerados, pero a veces también entramos en el juego confuso de los malos tratos psíquicos, los reproches y las relaciones mortificantes.

El enamoramiento puede volverse sumamente egoísta. La persona enamorada sólo tiene ojos, aunque tampoco ve, para la persona objeto de su enamoramiento.





El enamoramiento desencadena tal atracción que el enamorado, salvo que sea un tántrico o esté entrenado espiritualmente, difícilmente puede sustraerse a ella. El tántrico, en cambio, reorienta esa pasión abrasadora. Vivirla intensamente y sin apego es un desafío difícil de afrontar.



Pero no es raro que para muchas personas esa pasión, que se cifra en lo que Rimbaud llamara “el largo desenfreno de los sentidos”, tenga un atractivo muy especial, porque entona el ánimo y predispone a la persona a vivir intensamente lo que antes melifluamente malvivía. Cuando “la ineluctable pesadez de vivir” es pronunciada, ¿quién no aspira a una pasión que coloree una existencia gris e insustancial?



El juego de la pasión tiene su gracia, entendida esta palabra en sus diferentes vertientes, también como energía de gracia o inspiración, su particular hechizo y su misterio. Mientras la pasión se desenvuelve favorablemente, el que la experimenta se desconecta de anodinas realidades cotidianas o las vive con un nuevo brillo.

El fuego de la pasión quema el tedio vital y transforma la rutina en alimento fisiológico y psíquico. Una pasión electrizante tiene un carácter de curioso electroshock que zaran-dea a la persona, convirtiendo al amado/a en un fetiche sobre el que se superponen toda clase de virtudes y actitudes sugerentes.



Aunque Dulcinea fuera el colmo de la vulgaridad, el Quijote la apreciaba como a la más dúctil y aunque Ginebra hubiera sido tosca e insustancial, el caballero Lancelot habría atisbado en ella una belleza mística. El enamoramiento es el misterio del misterio, donde a menudo el amante ve lo que quiere ver, más que lo que hay para ver.

Kahlil Gibran dice:

“¿Qué es eso que llamamos “amor”?”

“Decidme, ¿qué es ese oculto misterio que se esconde en las edades, que acecha tras las apariencias y que construye su hogar en nuestros corazones?”



Ese enamoramiento desmedido, que no siempre, desde luego ni mucho menos, es amor, entona el ánimo más herrum-

brado, estimula el espíritu más abatido y hace al indolente diligente incluso en exceso. El enamorado no repara en nada con tal de conquistar, seducir o cumplimentar sus deseos y los del amado o amada. Agrega Gibrán:

“¿Quién de vosotros no abandonaría a su padre, a su madre y su casa si lo llamara el ser por el que suspira su corazón?”

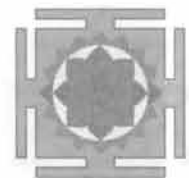
“¿Quién de vosotros no cruzaría los mares, atravesaría los desiertos y caminaría por las montañas y valles para llegar hasta la mujer elegida por su espíritu?”

En tanto el tántrico se apoya en la persona amada para, a través de ella, amar a todas las criaturas, la persona común puede tornarse tan egoísta que toda su energía queda sólo suspensa en la persona que despierta el enamoramiento. Entonces el enamoramiento, en lugar de inclusivista, se vuelve exclusivista.

La persona enamorada va cargando y recargando su energía, libido en términos psicoanalíticos, sobre la persona amada. Si se produce una ruptura, la persona enamorada se quedará vacía y tendrá que recuperar toda su energía o libido, para poder restablecerse y sanarse. Es cuestión de tiempo, pero en algunas personas el tiempo requerido es excesivo.

Un enamoramiento intenso y no a la luz de la consciencia, puede estrechar tanto la atención que sólo se mira al objeto amoroso, en detrimento de todos los otros seres. El enamorado puede volverse insensatamente egoísta, porque el enamoramiento no es expansivo, como el amor, ni generoso ni benevolente, ya que el enamorado “subjetiva” en exceso a la persona amada y la convierte casi en un apéndice o prolongación de sí mismo, como el avaro que oculta el tarro de miel en la alacena y no deja que las otras personas lo deleiten. El enamorado se vuelve avariento de su fetiche amoroso, porque éste le procura sensaciones agradables, que cada vez le despiertan más afición, más apego y el subsiguiente aferramiento.

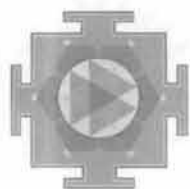
A menudo en situaciones tales puede rugir el dragón de los celos y perturbar gravemente al enamorado, que se vuel-





ve desconfiado, susceptible e incluso violento. No puede permitir que nadie le robe su "fetiche" o que ni siquiera otras personas disfruten de sus encantos, aunque queden excluidos los físicos.

El celoso es un narcisista compulsivo, que se cree el centro del mundo y con derecho para dominar, manipular y encadenar al ser amado. ¿Es eso amor?



Pero sobre el enamoramiento pueden ir floreciendo actitudes verdaderamente amorosas. Si el genuino amor brota a partir del enamoramiento, aunque este finalice, prevalecerá. El amor consciente del tántrico, debe siempre prevalecer.



Una persona no es sólo una fuente de placer sensorial. Tiene sus ansiedades, necesidades y su espacio psicológico y espiritual. La belleza, en realidad, tiene sólo el espesor de la piel y nadie desollado es bello. Pero el tántrico tiene que conectarse con la realidad interna de su consorte y amar desde el amor del alma, no solamente sensorial o genitualmente.

De hecho, la genitalización es otro estrechamiento de la consciencia que el tántrico no se permite. Cuando hace el amor está pendiente de la criatura con la que yace, contemplándola en su totalidad: de cuerpo a cuerpo, energía a energía y psique a psique. Pero el tántrico no se aferra y sabe soltar, mientras que el enamorado corriente, se traga el anzuelo al comerse el cebo del placer.



Existe un gran espacio entre la pasión mecánica y la pasión consciente. La primera se "vive" mecánica y automáticamente; ella nos vive, nos arrebatada y nos puede turbar hasta las raíces de nuestro ser. La pasión consciente se denomina así porque incluso en las turbulencias de tal pasión se mantiene un punto de equilibrio y de consciencia. El cuerpo energético y el cuerpo psicamental se activan y apasionan, pero la consciencia-testigo permanece observante e imperturbada. Bien es cierto que si la pasión es muy intensa y el juego amoroso muy pasional, el guerrero espiritual y más aún el aprendiz, se ve obligado a retomar una y otra vez su propio centro y a poner los medios insistentemente por recuperar su punto de quietud, consciencia y presencia de ser.



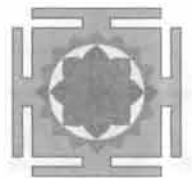
En la pasión mecánica a menudo hay una ausencia de compasión. Si no se valora y aprecia a la persona que despierta la pasión tal, la compasión no puede brotar, porque hacia el "fetiche" amoroso uno siente deseo compulsivo, pero no indulgencia, amor sincero y compasión. No es de extrañar que en la pasión mecánica una persona pueda decirle a su amada: "Daría mi vida por ti" y luego quitársela en un acceso de celos violentos. Tampoco nos puede sorprender en demasía que en el enamoramiento, cuando no hay amor genuino, quien hoy te encanta mañana te desencante o que quien hoy te parece delicioso mañana te resulte insoportable.

Todo ello porque en el enamoramiento rigen leyes que uno difícilmente puede controlar y la pasión misma resulta obnubiladora, perturbadora y hechizante. Reyes dejaron sus reinos por enamoramiento, no por amor; hombres, a sus hijos, y mujeres, a sus compañeros.

Una persona enamorada puede convertirse en una bomba de relojería. Ni ella misma puede predecir sus reacciones. El enamoramiento tiene la virtud o el defecto de quebrar de tal modo la personalidad del individuo que éste mismo se vuelve un personaje desconocido y desconcertante para sí. Pero el enamoramiento, aunque lo adornemos con el papel de celofán del romanticismo, las fantasías más sutiles y las más sublimes ensoñaciones, lo que generalmente hay, más o menos evidente, es una carga sexual acrecentada o, dicho de otro modo, una voracidad o "sed" sobredimensionada de la sensación placentera que reporta la persona amada con su presencia, sus sonrisas o mohines, sus caricias y sus lubricidades.

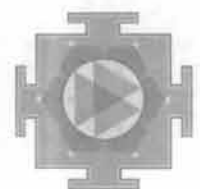
Cuando la sensación se desgasta, el enamoramiento comienza a esfumarse. Si hay amor y el deseo permanece, aunque sea aminorado, los amantes seguirán manteniendo una relación, pero si el deseo de uno de ellos o de ambos se extingue, la relación quedará fraternizada y entonces pueden surgir problemas que a menudo causan dolor.

Si dos personas pierden el deseo simultáneamente, el problema es menor. Pero si lo pierde una de ellas y la otra no,





se crearán situaciones difíciles. La persona que ha perdido el deseo sufrirá porque no puede desear a su consorte y la persona que desea, estará muy atribulada porque no puede inspirar el deseo de su amado.



Tales situaciones no son ni mucho menos infrecuentes. El fenómeno de la fraternización es bastante común en relaciones largas o en personas que se ennoviaron muy jóvenes. Puede haber un gran amor pero haberse difuminado el deseo en un miembro de la pareja. En tales casos el que ha perdido el deseo puede sentirse culpable y en la situación crítica de querer tener otras relaciones de enamoramiento, pero no quiere prescindir de su amada, a la que incluso ama psíquicamente; adora a su consorte, pero no puede satisfacerla sexualmente. La persona que continúa deseando tiene las cosas quizá todavía más complicadas, porque sus deseos se ven una y otra vez frustrados y tiene que reprimirlos, salvo que la persona que no desea tenga un raro autocontrol y pueda simular, lo que también corre el riesgo de volverse una "piedad peligrosa".



Si, en cambio, los dos enamorados psíquicos -describámoslos así- dejan de sentir deseo y de estar físicamente enamorados, tendrán o que solucionar su vida sexual cada uno por su lado o, lo que tal vez sea mucho más saludable, cambiar el signo de la relación y convertirse en amigos del alma.



Amantes -sirva ello de real consuelo- puede haber un número considerable, pero los amigos del alma son muy escasos y en verdad que nada es tan bello ni tan seguro como la amistad.

Hay un hermoso suceso de la vida de Buda en este sentido. El primo y asistente personal de Buda se dirigió al maestro y le preguntó:

"¿No es cierto, maestro, que las tres cuartas partes de la vida deben ser para la amistad?"

"¡Qué dices, Ananda! -replicó Buda- No las tres cuartas partes, sino las cuatro partes."

Nada es tan precioso como la amistad. Hay relaciones que nacieron de una fecunda amistad y se tornaron, ulterior-



mente, de pasión y amor. A veces, y aunque se diga la contrario, la línea divisoria entre la amistad y el amantazgo es muy débil.

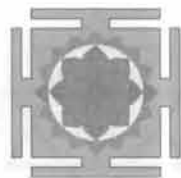
Muchas personas ansían una relación amorosa donde también aflore la verdadera amistad. No es fácil mientras haya una pasión o una relación sexual intensa. Salvo excepciones, será una amistad a medias. Pero cuando la pasión y el deseo cesan, si puede florecer una amistad total y de por vida y todo ello, por supuesto, si sobre esa pasión se ha tejido una verdadera actitud de amor incondicional.

También es cierto que muchas personas que eran amigas al entrar en una relación amorosa acabaron con la amistad para siempre cuando la relación amorosa cesó. No es raro el caso de que entre dos amigos uno pueda estar enamorado y el otro no, con lo que tal vez y a su pesar, el enamorado se insinúe o presione más o menos sutilmente, en tanto que el que no lo está se pueda sentir molesto o presionado.

Pero en cualquier caso, volviendo al mal de amor, que en algunas personas toma el carácter de enfermedad, no es fácil reponerse de una ruptura no provocada por uno mismo. A menudo se dice que el que la genera lo pasa muy mal y es cierto, pero nada en comparación con el que es abandonado, toda vez que este ni siquiera ha tenido la oportunidad de optar. Pero según sea la reacción del "abandonado" es posible conocer bastante certeramente su grado de madurez y su capacidad para reintegrarse. Las personas muy inmaduras o neuróticas sufren mucho y demasiado tiempo, en tanto que las más maduras sufren menos y menos tiempo. La persona se rehace antes cuanto más equilibrada psíquicamente se encuentre y menos dinamitada esté con carencias emocionales.

El tántrico, por su parte, trata de mirar sin reaccionar el proceso de su propio dolor y ve la tristeza o la amargura como una ola que viene y va, pero tratando de no implicarse con ella y sobre todo, de no retroalimentarla con reactividades mentales.

Pero el "abandonado" suele ser víctima de tal desgarramiento y dolor que por lo general no es capaz de





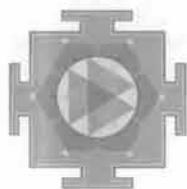
confrontar directamente el suceso y aceptarlo, sino que trata, con su enfebrecida fantasía, de hallar motivos falaces para explicarse la que le resulta una incomprensible ruptura.

¿Me seguirá amando pero no querrá demostrármelo o no se dará cuenta? ¿Me estará castigando por mis faltas? ¿Simulará no amarme para intensificar mi afán de ella? Le cuesta asumir el hecho contundente de que la otra persona ha dejado de desear. Incluso si se entera de que otra persona ha entrado en la vida del amante también busca subterfugios y escapismos para no asumir un hecho que tan doloroso resulta para la vanidad y el ego. Puede pensar que han hechizado a la otra persona o que incluso cree estar enamorada pero no lo está y otros subterfugios infantiles a los que aferrarse. Todo, en suma, menos la aceptación consciente del hecho, la muerte de toda esperanza.

El tántrico, por el contrario y como más adelante veremos, suelta e incluso anhela -y de ahí saca mucha fuerza- que la persona amada sea profundamente feliz con la otra persona. No presiona, ni exige, ni extorsiona, ni echa en cara, ni reprocha, con lo cual gana el aprecio y no el desprecio, de la persona amada y puede conseguirse una fecunda amistad.

Conozco casos en los que habiendo procedido así la persona "abandonada", después de un tiempo, como la vida es contingente y rica en vicisitudes, ha vuelto a ser reclamada amorosamente por la persona amada cuando se ha malogrado la relación última. Si una persona no finaliza mal con ninguna de sus relaciones, no dude de que surgirán nuevos encuentros incluso amorosos en el futuro si así se desea. No siempre, pero más corrientemente de lo que pueda pensarse.

Como una vela, por mucha que sea la cera que contenga, termina por agotarse, también la pasión aún más intensa suele hacerlo, salvo que se trate de amores inaccesibles o muy dificultosos, o que los amantes se van obligados a verse en muy contadas ocasiones. Pero agotada la pasión intensa puede quedar un poso de agradable deseo que sirva para mantener la relación.



Se ha pasado así de lo que yo denomino expresivamente un “amor de cascada” a un “amor de valle”. Cada uno de ellos tiene su signo y su hechizo. Muchas personas, empero, desesperan porque querrían estar siempre en el amor de valle, tal vez porque la pasión les permita vivir intensamente lo que de otro modo están más que incapacitados para vivir. Cuando el amor de cascada no se convierte en amor de valle, sino en amor empantanado, donde el deseo se desvanece, entonces la situación es emergente y hay que hallar alguna solución.

Los miembros de una pareja pueden convertirse en unos amigos fabulosos e incluso tener más amistad, complicidad y amor al ser amigos que cuando eran pareja. Como el guerrero espiritual valora por encima de todo a la persona misma, sucede lo que suceda, si la apreciaba seguirá haciéndolo siempre.

Pero además tratará de retomar su equilibrio aún si una relación acaba.

Hay un cuento indio muy significativo en este sentido:

“Una hermosísima y fascinante bailarina, tierna y a la vez voluptuosa, pasó por un pueblo en el que había diferentes jóvenes, si bien sólo uno de ellos practicaba yoga y meditación. La mujer, de maravillosos ojos ambarinos y manos perfectas, se fijó precisamente en el joven yogui y lo deseó al punto. Era un yogui, pero no era un abstinente. El hombre también se sintió muy inclinado hacia la mujer. Se conocieron y muy enamorados, se casaron. Pasaron unos años. La mujer echaba de menos su profesión y quería seguir bailando, para lo que debía irse a la gran ciudad y un día abandonó al muchacho.

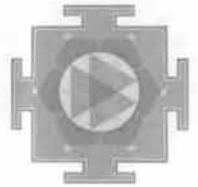
Pero el joven estaba perfectamente equilibrado y contento. Extrañados, sus amigos fueron a verle y le dijeron: ¡Qué desgracia! Una mujer tan bella, tan atractiva, tan buena amante sin duda, a la vez tierna y cariñosa. Es una pérdida terrible. Pero ¿por qué te encuentras tan tranquilo, jovial, sonriente?

Es bien fácil de saber -dijo el joven-. Antes de que ella viniera, yo me encontraba muy feliz. Ahora que ella ha partido, yo sigo siendo el mismo y me encuentro muy feliz. ¿Qué diferencia hay entre el que yo era antes de conocerla y el que soy ahora? La he disfrutado y querido, pero sigo en mí mismo y soy feliz.”





El arte de serse. Cuando uno se es y ha recuperado ese punto de quietud-consciencia al que aspiran los tántricos, incluso entrando de lleno en el fuego de la pasión, puede uno mantener su presencia de si, donde halla coherencia, seguridad, equilibrio y refugio. Pero si no es así, la pasión tiende a alienar, a atolondrar la mente y hurtar la presencia de si. Ese tipo de pasión es encadenante y en su simiente ya acarrea mucho sufrimiento.



Quien sin consciencia y ecuanimidad cabalga sobre el tigre siempre corre el riesgo de ser descabalgado y devorado. Tampoco tiene mayor importancia si uno estimula sus recursos internos y se repone.



Muchas personas anhelan el encuentro con un compañero vital e incluso hacer un maravilloso "aparte" con él, en una sociedad donde rige la voluntad de poder y por tanto el desamor, la violencia, el resentimiento y la codicia más desmedida.



El ser humano siempre ha anhelado su complementario, aunque el buscador sabe que uno debe complementarse dentro de si mismo y que la relación de dos personas interiormente complementadas por si mismas será mucho más fecunda, pues ya no será una relación desde el ego o la imagen del miedo, sino desde el ser.

De ahí que cuanto más se ejercite uno en crecer interiormente, superar carencias emocionales y afincarse en su realidad interna, en mejor disponibilidad se encontrará para mantener relaciones genuinas. De otro modo, desde las carencias emocionales, a menudo las relaciones se vuelven una caricatura de lo que realmente deben ser.



La búsqueda del complementario, muchas personas no la emprenden para enriquecerse y enriquecer espiritualmente y poder caminar por la senda cooperando e inspirándose, sino que aspiran al complementario, para hallar en él lo que uno no puede despertar en uno mismo o para poner en el complementario un medio de quebrar la rutina vital, emerger del tedio o hacer más fácil la vida con el apoyo y aliento de otra persona. Todo eso es muy humano, pero es necesario tener la capa-

cidad para entregar y no ser una esponja absorbente para la otra persona.

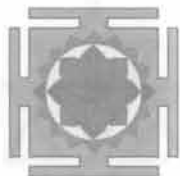
El amor consciente consiste en ser más activo amorosamente que pasivo; saber dar consideración en lugar de estar en la necesidad de recibirla. No puede instrumentalizarse al complementario para suturar heridas, cubrir huecos de soledad y querer conseguir a través de él lo que no logramos por nosotros mismos. Pero muchas personas, cuando creen haber hallado ese complementario se apoyan demasiado en él y pueden terminar por agotarlo o abrumarlo. No debe cederse a la dependencia mórbida.

Personas con sensibilidad buscan el compañero o compañera vital. Es lo que denominamos el amor dhármico, es decir, la unión y mutua ayuda de dos personas para hollar juntos, aunque cada uno a su paso, la senda hacia lo incondicionado. Es una relación de ayuda no sólo vital, sino espiritual. Conozco personas que han finalizado con su consorte, aunque le amasen, porque esa relación no sólo no impulsaba su avance espiritual sino que lo frenaba gravemente. Es una difícil opción entre la persona amada o la propia búsqueda. Renunciar no es fácil, pero siempre es más difícil abandonar la búsqueda o ponerla en jaque mate por una relación infortunada.

El místico anhela la unión o fusión mística con el divino. Para el místico perderse es ganarse pero para el amante perderse es a menudo perderse. En este sentido es infinitamente más seguro el amor a Dios. Al fundirte con la deidad eres la deidad, pero si entras en relación simbiótica con otra persona puedes estar mutilando parte de tu ser. El poema sufí dice:

*"Tanto he pensado en Ti,
que todo mi ser se transformó en Ti.
Paso a paso te acercaste,
poco a poco me alejé de mí."*

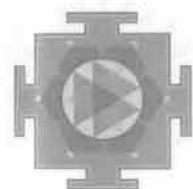
Pero en el enamoramiento alejarse demasiado de sí, puede ser el comienzo de la alienación y empezar a caminar ciertamente por el desfiladero de la desdicha. En el terreno





espiritual del yoga ya dice un adagio: *“Al que la cabeza pierde le pueden suceder dos cosas: se vuelve loco o se vuelve Dios.”* Pero en el terreno del enamoramiento el que pierde la cabeza se puede volver simplemente “loco” temporal, porque si esa locura se hace crónica la cosa ya es más grave.

El amor dhármico, permítaseme llamarlo así, es el amor para el viaje espiritual. Uno se asocia con otra persona para ir recorriendo juntos el camino espiritual. Los compañeros se tornan amantes místicos, buscadores interdependientes y cooperantes. El amor dhármico suele ser plácido, sin altibajos, entrañable.



Por el contrario, hay un tipo de amor que podríamos llamar kármico. Es la relación para aprender, desarrollar tolerancia, paciencia y ecuanimidad. A veces las relaciones kármicas adquieren caracteres de guerra más o menos encubierta o abierta. Dos personas pueden enamorarse y cuando comienzan a tratarse se pone en evidencia hasta que punto se llevan mal, en que grado no concilian, se vuelve el trato conflictivo y muy difícil. Hay una lucha de intereses o pareceres, actitudes irreconciliables e incompatibilidad de personalidades. Pero, sin embargo, pueden sentir una gran pasión el uno por el otro. Entran en el juego del reproche, la agresividad, las exigencias, los insultos y los celos.



Hay muchas personas que se han acostumbrado a este tipo de relaciones conflictivas e incluso las placenteras les causan aburrimiento o espanto. Estas relaciones kármicas, en las que parece que hubiera muchas cosas pendientes por resolver, exigen mucho control y autocontrol. Se puede aprender mucho de ellas, pero también pueden conducir a la calamidad en todos los órdenes. Si uno toma la relación como un maestro y un reto y la utiliza para recrear firmeza, autocontrol, tolerancia, paciencia y ecuanimidad, la relación se ha instrumentalizado de tal modo que lo que tendía a desbaratar se vuelve constructivo. Pero con frecuencia esas relaciones se enquistan y las personas no emergen de ellas, con lo que cada día se vuelven más inmaduras, agresivas e insupportables.



Muchas personas, para pretexto su actitud en la relación, insisten en querer enormemente a la persona que presionan, pero esta seguro que pensará o dirá "quíereme menos y hazme más feliz" o "ámame menos pero trátame mejor". Habrá quien incluso, al tener que soportar las exigencias de su persona amada, no pueda por menos que decir: "No me gusta gustarte tanto, porque si te gustase menos me tratarías más afectuosamente." Cuando además en las relaciones de pareja interviene el sentimiento de lo que podríamos calificar de "derechos obtenidos" surgen aún más problemas. El respeto y cariño que demostraríamos a un amigo no lo evidenciamos con la persona amada.

Todo amante apasionado tiene una añoranza amorosa de fundirse con la persona amada. Quizá estemos constelando así una añoranza más sublime: la de retornar a nuestro origen, a la matriz cósmica. En este sentido hay un cuento muy hermoso:

"El amante llega a la casa de la amada y llama a la puerta

-¿Quién es? -pregunta desde dentro de la casa la amada.

-Soy yo -responde el amante.

-Todavía no hay lugar para ti en esta casa. No estás lo suficientemente maduro. Ve al bosque, medita y regresa un día cuando estés más maduro.

Semanas después regresa el amante y llama a la puerta de la amada.

-¿Quién es?

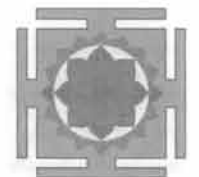
Entonces el amante responde:

-Soy tú.

Y la amada dice:

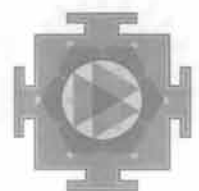
-Entra en seguida, rey de corazones, no había lugar en esta casa para dos yoes."

Esa fusión la anhela el amante. Sin duda en esa ansia de unión hay muchos factores que se subsumen en la misma: la biología, unión del óvulo y el espermatozoide, imponiendo sus leyes ciegas mediante ese cebo edulcorado que es el placer; la soledad interior y la necesidad de entrar en ósmosis; la añoranza de ser protegido y olvidarse de uno mismo, pues así se aparca temporalmente al menos "la insoportable levedad de ser".





Se ha dicho cotidianamente que el amor es ciego. No, el amor no es ciego; la pasión es ciega. La pasión puede ser tan intensa y turbadora que nos haga dar la espalda, injustificadamente, a los seres más bondadosos y queridos, aunque es probable que ellos sepan comprender.



Mucha gente sabe ser indulgente con las extemporaldades de los enamorados, pero la pasión puede ser tan turbadora que puede incluso llevar a un Gandhi, que a partir del suceso que comentamos se convirtió, por sentimientos de culpa, en un contumaz sexófobo, a que esté tan embebido en los brazos de su tierna mujer Kasturbai que olvidara a su padre enfermo, que por cierto murió esa noche.



Así es el apego amoroso y sexual y por eso los yoguis, y los tántricos también, previenen sobre el mismo. Pocos apegos hay tan intensos y difíciles de superar. El adicto sexual a una persona que le despierta gran pasión pierde el sentido común, la elegancia espiritual y la presencia de ser, y puede llegar a estar pero que muy por debajo de sí mismo y de su educación. Porque la urgencia sexual es como una droga para muchos apasionados y por satisfacerla dejan de lado incluso las necesidades más urgentes.



Tanta es la energía del deseo sexual, que por eso puede causar tanto apego y que por ello mismo el tántrico entra en su juego para evitar sucumbir y robarle ese poder para utilizarlo como elixir para la mutación de la consciencia.

Podríamos decir que para el tántrico, la pasión debe vivirse a la luz de la sabiduría y el control no represivo, porque de otro modo la pasión aliena, enajena y entorpece. Pero además el tántrico nos dice que si ponemos tanto afán mental y sexual en la libido nos estaremos debilitando, aunque más no sea porque nuestra mente está obsesionada y se estanca en lugar de fluir.



Cuando los sabios de la India nos señalan los riesgos de la pasión desenfrenada, nunca lo hacen inmiscuyendo en ellos valoraciones morales ni prejuicios religiosos. La sexualidad no tiene nada de pecaminoso, como lo tenía para el asceta cristiano, sino que si no se vive conscientemente se puede tornar

uno de los muchos apegos imitadores y ciertamente el yogui trata de no dejarse apegar por exceso porque, como reza el antiguo adagio, *"tanto te encadena una cadena de oro, como una de cobre"*.

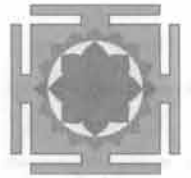
Es un desafío y no pequeño, poder vivir la pasión desde la sabiduría. Se disfruta de la pasión pero la pasión no encadena, no se acarrea como fantasía, no condiciona y imita. La pasión con sabiduría expande, nos permite totalizar la existencia y remover energías aletargadas. Se habla entonces de la pasión liberadora. Lo mecánico se vuelve consciente. Lo automático se des-automatiza. Lo compulsivo se traslada a la dimensión de lo espontáneo. La pasión se vive intensamente pero libre de perturbadoras contaminaciones con afán de posesividad, resentimiento, exigencias, reproches y demás. Es la pasión como pasión misma.

La pasión es un deseo enardecido. Las células reclaman simpatizar con otras células. Esta pasión intensa puede el yogui transmutarla, trascenderla o sublimarla. Cada practicante optará por una senda en este sentido. Los practicantes que optan por la contención sexual saben que de nada sirve si no va acompañada de la contención del pensamiento.

Todos o casi todos somos proclives al enamoramiento o la pasión, aunque cada uno con sus características propias. Hasta los más grandes del espíritu han sido tentados. Hay mucho de enigma, misterio y sublimidad en la pasión.

Muchas mujeres se apasionan cuando escuchan palabras bien dichas, hermosas y poéticas del hombre. La mujer tiene tendencia a ser inseminada, fecundada por la semántica, sirva el juego de palabras; por el oído. Demuestra que por lo general es mucho más sensible y delicada que el hombre, que a menudo se enardece más con unas voluptuosas caderas que con una mujer deliciosa en su trato.

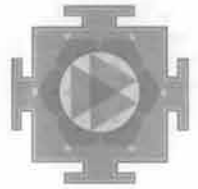
Por fortuna, siempre hay excepciones, pero son muchas, muchísimas las mujeres que se quejan con respecto al hombre de su mediocridad y que saben que lo tienen muy difícil en cuanto a elegir.





En verdad que hay muchas mujeres notables y pocos hombres que lo son. Impera en muchos hombres la grosería, la petulancia, la vulgaridad, el carácter burdo, la superficialidad y la más apabullante insipidez. También es cierto que hay mujeres poco selectivas y de ahí que estos individuos-cafres tengan oportunidades amorosas de las que deberían carecer.

¿Hay una pasión predestinada?



Ello es muy hermoso y sugerente, pero forma parte de lo incognoscible. Cuando reconocemos al punto a un ser y empatizamos vivamente con él y en lugar de simplemente conocerlo, lo reconocemos, ¿es porque hay conexiones de otros planos anteriores de existencia? Nadie puede negar que con determinadas personas en cuanto entramos en contacto se abren todos los canales de comunicación, no hay ningún tipo de resistencias o bloqueos y surge una fácil y casi instantánea familiaridad. Con otras personas, aunque las queramos mucho o formen parte incluso de nuestra familia, siempre hay bloqueos, autodefensas y resistencias.



En el amor mágico, que veremos en el siguiente capítulo, se nos dice que toda persona puede tener en algún lugar su complementaria. Es un tema apasionante, que se presta a una fecunda imaginación y que resulta estimulante de manera muy especial para el que ama mucho o para el novelista. Yo mismo escribí hace años en este sentido un relato que ahora será reeditado. Se titula Padmini el amor mágico y es la historia de un hombre tan intensamente enamorado que renuncia a su liberación espiritual para buscar a su amada vida tras vida, cuerpo tras cuerpo. ¿La encuentra? Si, pero en deshora fuere. Porque incluso si halláramos al ser amado en otra existencia sucesiva, ya no sería el mismo, incluso aunque fuese la misma su esencia o sus contenidos mentales y su deseo de vida.



Como explican los budistas, la vela encendida por la llama de otra vela es igual y es diferente a la llama anterior o, enfocado de otro modo, algo tiene de ella y es diferente de ella.

¿Se pueden vivir varias pasiones? Si y no. Hay personas que viven pasiones sucesivas, suma de enamoramientos.

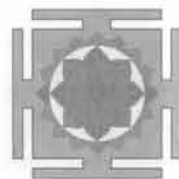


Otras empero viven una gran pasión y no tienen el ánimo o la necesidad de vivir otra o ni siquiera están ya en esa disponibilidad. También podríamos preguntar a una persona completamente realizada o madura si se enamora. Tal vez ella esté ya mucho más en el amor que en el enamoramiento, en la compasión que en la pasión.

Debe señalarse convenientemente que los modelos sociales y familiares pesan mucho sobre las personas y las condicionan. Hay que superar el viejo patrón absurdo de que sólo se puede ser feliz con pareja, como creen muchas personas y en especial muchas mujeres. Se puede ser feliz con pareja o sin pareja si uno se siente bien e integrado. Hay que fluir con el curso de los acontecimientos. Ni reprimir ni ansiar compulsivamente.

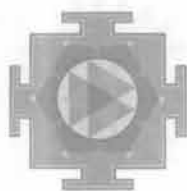
Hay infinidad de mitos condicionantes en este sentido. Cada persona debe ser libre para modelar sus relaciones amorosas, siempre y cuando en lo posible evite el daño a los demás. Y cada buscador optará por la relación que crea conveniente para su evolución. Los viejos modelos no sirven. ¿Quién dice que son los adecuados? En las áreas indo-tibetanas que he visitado a menudo, las mujeres llegan a desposarse con numerosos hombres; lo mismo entre las tribus toda, por ejemplo, en el sur de la India. Lo que sucede es que en una sociedad tan hostil como la nuestra dos luchan mejor que uno contra el mundo, aunque en ese sentido mejor sería cultivar poliparejas y que fueran más los que lucharan mejor contra las personas aviesas.

Cada persona elegirá su vía en este sentido, del mismo modo que hay muchos buscadores que prescinden de los hijos para entregarse exclusivamente a la búsqueda interior. Los que no les comprenden les tildan de egoístas. ¿Egoístas hacia un ser que no ha venido a este mundo? Tal vez sean infinitamente más egoístas aquellos que traen hijos al mundo para que les sirvan de compañía, les diviertan, les llenen sus huecos de soledad o incluso, como en países tercermundistas, puedan así contar con alguien para que les auxilie en la vejez. Todos los viejos patrones de conducta deberían dejar de ser





siquiera sutilmente coactivos, máxime en una sociedad que, como denunciara Emerson, confabula contra el individuo. De hecho no hay otra ley que la del Amor. El tántrico la respeta desde lo más íntimo de su ser Incluso el amor con minúscula no es más que un lado de las infinitas caras del deslumbrante brillante del amor.



Capítulo VIII

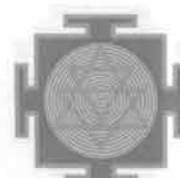
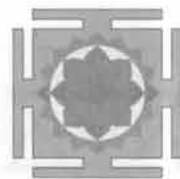
El amor mágico, iniciático y sublime

A menudo el enamorado comenta: *"Es un amor mágico"* o *"es un sentimiento mágico"* o *"es una experiencia maravillosa y mágica"*. Tan intensa es la sensación que el enamoramiento produce en el enamorado que este recurre a la palabra magia, para tratar de expresar lo que en si mismo es inexpresable. Pero cuando utiliza este vocablo lo hace porque trata de refundir en el mismo el sentimiento de fascinación, intensidad y arrobamiento que le produce el estado de enamoramiento.

Todo enamoramiento tiene en este sentido, claro que si, algo de mágico. Pero en un orden de cosas más profundo hay que distinguir entre el amor o enamoramiento profano y el amor mágico, siendo este último al que se le inviste de un carácter iniciático y casi demiúrgico. Se trata de la instrumentalización del amor como medio de iniciación, actualización de energías y desencadenamiento de estados especiales de la mente.

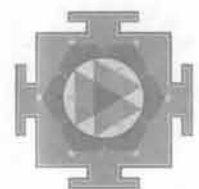
El amor mágico se torna instrumento, pues, para la potenciación de energías aletargadas, así como para desafiar la consciencia y que esta pueda mantenerse equilibrada a pesar de los estados de intensidad que provoca el enamoramiento.

Mediante la actualización de las energías aletargadas a través de la intensidad canalizada del amor mágico, la persona trata de acceder a otras percepciones mentales y a otros planos de existencia más allá de la realidad aparente. Pero además se instrumentaliza la pasión mágica como una candela para encender emociones poderosas que puedan potenciar la vida anímica. Este tipo de amor genera sentimientos de infinitud, cosmización y unidad. Así lo que en principio puede alienar y fragmentar psicológicamente, es decir la fuerza amorosa, se invierte para que facilite sentimientos de plenitud e infinitud. El amor se torna así un torrente de vitalidad, pero muchas personas viven un amor





mágico o incluso lo soportan a su pesar, sin saber instrumentalizarlo o sin poder hacerlo, sintiéndose electrocutadas por una pasión que muchas veces ni siquiera desean o con la que no logran manejarse.



Lo que define al amor mágico es su intensidad, su canalización y su aprovechamiento energético y espiritual. No es un amor cotidiano, aunque el amor cotidiano resulte mágico al principio si está insuflado por la gran pasión, pero con el paso del tiempo, por el uso y abuso, se va desgastando, consumiendo y haciendo cotidiano, hasta perder su magia y su intensidad.



Por eso el amor mágico como aquí lo entendemos, no es el enamoramiento corriente o profano, sino que es convertir en vía iniciática y liberatoria una potencia tan creativa y también destructiva llegado el caso, como es la del enamoramiento, la pasión y la sexualidad. Porque es mágico no es corriente u ordinario, no es cotidiano, no es habitual. Es mágico porque despierta intensidades supremas, reporta gran vitalidad, energiza y produce sentimientos que podríamos denominar, a falta de otra palabra, supracotidianos.



El amor mágico nunca puede devenir en desgaste, embotamiento o rutina, porque entonces ya pierde su carácter de mágico. Cuando el enamoramiento se somete a la cotidianidad va desgastándose, del mismo modo que la caricia y la proximidad pierden parte de su encanto o atractivo. Por eso hay que entender que el amor mágico es también una vía de integración, cuando el sentimiento amoroso desbordado ha sido para muchas personas una fuente de dolor, inquietud y malestar.



Es, pues, un amor inefable, que conmueve, y cuya poderosa energía puede tanto liberar como encadenar, dependiendo de la actitud de la persona y de si puede o no manejarse lúcidamente con tal potencia.

El enamoramiento y la pasión sexual pueden ser tan intensos que el enamorado pierda por completo su propio autocontrol, obnubilado por una nube de romanticismo, emociones incontroladas y pasiones efervescentes. Cuando el amor o enamoramiento resultan muy intensos se fija toda la aten-

ción en la persona amada, que puede volverse una obsesión insuperable, es decir, que su presencia asedia continuamente la mente y el corazón.

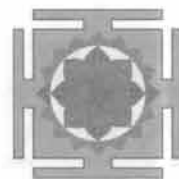
Hasta los héroes pueden sucumbir a vivencias tan embriagadoras que tienen la capacidad de imantar, fascinar y en suma arrebatarse. Arrebatan de tal modo que uno se desprende de su propia identidad y sobreviene una temporal alienación. Ciertamente el enamorado pierde su centro de gravitación y a menudo lo pone en la persona amada. Por esta razón si el enamorado es "abandonado" se encuentra descentrado, es decir, sin centro. La vivencia es tan penosa que a algunas personas las ha inducido al suicidio; el desgarramiento es muy doloroso.

Un amor tan intenso puede cosmizar o enquistarse al que lo siente, la persona amada se vuelve imprescindible y uno puede sentirla como la pasión predestinada y, por tanto, inexorable. Un sentimiento tan visceral conduce a la plenitud o a la pesadumbre y puede crear graves apegos, dependencias mórbidas, celos incontenibles, obsesiones y resentimientos, pero también puede colaborar en la unificación de la mente, la apertura del corazón y la puesta en marcha de las energías aletargadas.

Para los tántricos esa inclinación amorosa no es más que un débil reflejo de la tendencia que habita en nosotros hacia lo inefable.

El ser humano ansía llenarse. Durante años busca llenarse con logros en el exterior, pero algunos descubren que para completarse hay que mirarse a sí mismo y que, como decía Novalis: *"El camino más secreto es el que va a uno mismo"* y es el que debe recorrerse.

El amor mágico es como un tónico o un bálsamo para actualizar y acopiar energías extras, pero no es un fin, sino un medio. Esa necesidad de fusión que se experimenta por el ser amado puede re canalizarse hacia lo inmenso. Pero el enamoramiento, cuanto más mágico y por tanto fascinante resulta, más difícil es de conscienciar y reorientar, porque provoca un sentimiento tan enervante que puede generar avidez, apego obsesivo y dependencia excesiva en lugar de colaborar en la búsqueda interior y en la mutación interna.





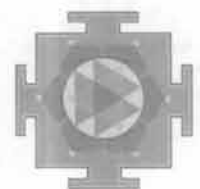
Es cierto que ese amor mágico es un aliciente poderoso, pero también puede robar todas las energías, agitar el ánimo y empañar la consciencia.

Por tanto, puede colaborar en la transformación interna pero también puede insuflar lo peor del ego infantil y densificar el narcisismo, convirtiéndose en un freno para el auto-desarrollo y provocando desdicha.

Si el amor mágico es un “soporte” puede ayudar al aprendizaje, el crecimiento y la expansión, incluso procurando entusiasmo y contento, pero si sólo es frenética libido con la que no puede manejarse la persona, provocará una detención psicológica. El amor mágico como vía de ejercitamiento e integración se caracteriza porque es muy vivido e intenso, pero también porque es un medio para despertar energías y acrecentar la consciencia. En eso se distingue el amor cotidiano, por mágico e intenso que resulte, del amor mágico convertido en vía soteriológica. En última instancia, el amante exterior es un reflejo del amante interior. La potencia del deseo se insufla más y más pero no para disiparse, sino para caminar hacia planos superiores de consciencia, sabiendo además que ese deseo amoroso es el débil reflejo de un deseo mucho más poderoso y que es el de tender hacia lo incondicionado.

La mujer, para el tántrico, es una reserva de energía femenina y ella otorga un poder que es propio de la diosa. La mujer es así sacerdotisa, hada, maga, heroína y dama. Despierta en el amante fluidos amoroso-erótico-mágicos muy intensos y que, bien aprovechados, influyen en los pensamientos y fuerzan la mente supracotidiana.

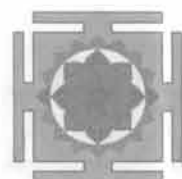
Los amantes mágicos se matrimonian espiritualmente para caminar hacia lo absoluto. La pasión es un nexo entre ellos, pero aunando energías para dar el salto hacia lo incondicionado. Se despierta el amor cuerpo a cuerpo, chakra a chakra, alma a alma. Pero los amantes mágicos saben que todo forma parte del juego, ilusorio, de la Shakti. La intensidad de la pasión enardece el ánimo, renueva las energías y motiva la búsqueda siempre y cuando los amantes no generen entre ellos vínculos dependientes.



El enamoramiento es un evento pasivo, que se produce incluso a pesar o en contra de uno, pero el amor es una actitud activa. Cualquiera se puede enamorar, pero son muy pocos los que realmente aman. Los amantes mágicos cooperan recíprocamente para el desarrollo anímico y si practican la sexualidad lo hacen con un carácter iniciático, es decir, para poder acceder a otros planos de realidad y de consciencia. Al relacionarse sexualmente los amantes viajan más allá del tiempo, el espacio, las categorías y limitaciones, conformando un matrimonio espiritual y cósmico. La pasión abrasadora debe vivirse sin apego; la sexualidad intensa, sin adicción. En ese festín de los sentidos y de las almas debe retirarse todo aferramiento.

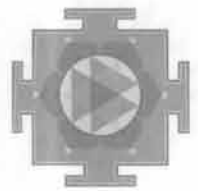
Los centros psíquicos, chakras, también se comunican de amante a amante. Los amantes mágicos o iniciáticos se embriagan de amor pero conservan un punto de luz de consciencia plena. Entrar en el fuego sin quemarse es una proeza. La relación sexual es un medio para lograr una-fusión que predisponga la mente a la captación de lo que está más allá del pensamiento y lo racional. Pero la cópula no es banal ni cotidiana, sino que representa una armonización de las energías masculinas (hastha-tha; yin-yang; sol-luna). Hay un aprovechamiento de las energías pasionales para poder deflagrar la mente ordinaria y provocar la activación de la mente supracotidiana.

El amor mágico y la sexualidad sagrada no pueden, pues, quedarse en lo cotidiano. Son sacramentales. Por eso hay notable diferencia entre hacer el amor o hacer el amor tántrico y yóguicamente. La mayoría de los libros que se dicen de "Tantra" son manuales-basura que no respetan las enseñanzas tántricas. Si los amantes se relacionan sexualmente no es para aliviar su tensión sexual, para ello no se requiere ningún aprendizaje, sino para estrechar lazos anímicos y viajar hacia lo eterno. La mujer es la gran hechicera, la consorte mágica, la Shakti misma encarnada en la amante. La cópula mística se vuelve método liberatorio. Y también un procedimiento que induce al trance místico o yóguico, donde en la mente, vacía, el puede celebrar el





encuentro con lo transpersonal. La pasión escala así a una dimensión diferente, de carácter iniciático y sagrado. El acto sexual deja de ser repetitivo. Siempre es un acontecimiento glorioso. Los amantes se vuelven un mapa cósmico. Por el amor mágico y la pasión sacramentalizada se quiere ir hacia el amor absoluto.



El amor absoluto es una actitud de consciencia expandida donde todas las criaturas son queridas. Este es un gran logro. La mayoría de los seres vivimos en una consciencia ego-céntrica y contraída, sin saber amar. Pero el que entra en el laberinto de la dama debe tener la percepción bien despierta. La relación carnal, cuando hay desmedido apasionamiento, nos puede fácilmente atrapar. Lo que comenzó siendo un rito se torna una adicción. Lo que invitaba al desapego se convierte en aferramiento. El viaje amoroso-iniciático se puede convertir en una senda hacia la desdicha. Morir de amor no es fácil, pero agonizar de amor es bastante común entre los amantes desatendidos.



Cuando la pasión se hace apego descontrolado, se convierte en pasión sufriente. El laberinto es inaccesible y no hay manera de encontrar su centro y espiritualmente volver a centrarse. Entonces las energías amorosas no liberan, sino que encadenan. La añoranza amorosa no se dirige hacia lo alto, sino hacia el objeto amoroso y la tristeza se torna melancolía profunda.



En tales casos la pasión no es para unificar sino para fragmentar. La dama de la clara luz se convierte la señora de la noche oscura. El ansiado aporte extra de energía no es obtenible, pero sí el desaliento. El amante se descorazona y nunca mejor dicho, porque se queda sin corazón ya que este le es robado por la señora de la noche oscura.

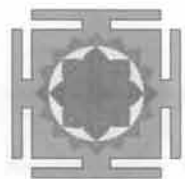


Algunos, cuando observan que no es posible llegar al centro del laberinto y robarle el poder a la diosa, buscan con urgencia la salida del laberinto. Unos lo consiguen, pero las puertas se cierran para otros. ¿Habéis visto a un enamorado abrumado por sus calamidades amorosas? Parece un perro apaleado. Ha perdido su energía. Está desquiciado, porque

neciamente puso su quicio en la amada o amado. Desanimado, sin alma, sin ánimo, sin energía, vaga como un castigado gato callejero. El ansia amorosa se volvió penumbra.

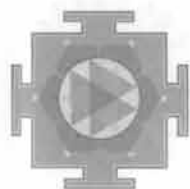
Pero cuando el amante tántrico mantiene bien estabilizado el ánimo, puede servirse de la pasión para ir más allá de la pasión; téngase esto muy presente: “la pasión para ir más allá de la pasión” y aproximarse al Uno-sin-dos.

Los amantes tántricos comunican sus cuerpos físicos, sus cuerpos energéticos y sus centros instintivos y emocionales para provocar una “catarsis” amorosa que dispone la mente hacia el sentimiento de unidad.





Pero la mujer cósmica no tiene por qué ser hallada necesariamente en carne y hueso o el hombre cósmico para la buscadora, sino que puede vivenciarse, al decir de los tántricos, en el astral. Un amor así, claro, es más seguro. Uno se comunica con la Shakti; (Dakini, para los tibetanos, o energía femenina en el astral) a través de visualizaciones, ensimismamientos o sueños. También se podría uno obsesionar por la Shakti en el astral, pero esto es menos frecuente. Por el contrario, la Shakti en carne y hueso puede ser tan arrobadora que eclipse los sentidos del buscador y le robe su presencia de ser.



Hay ascetas que se suicidaron tras ser seducidos por una mujer porque se creían libres de toda enajenación sentimental, pero no era así. Cuando el deseo parece más controlado o superado, puede presentarse con renovada intensidad y tomar por sorpresa a la persona. Hasta el inteligentísimo Salomón se sentía perturbado por el anhelo de la reina de Saba. Y todo hombre ansía, por cierto, la visita de la reina de Saba y su toque mágico y otorgador de energía y plenitud. A veces ella llega cuando estamos dormidos o cuando estamos inatentos. Entonces la invitada puede pasar por nuestro lado sin que la percibamos. Habremos así perdido, o ganado, ¡a saber!, una oportunidad de oro.



Para potenciar el amor mágico y la pasión iniciática, tántricos ha habido que durante semanas han dormido al lado de la consorte sin ni siquiera rozarla. Las envolturas carnales próximas, pero sin tocarse; en cambio, los cuerpos energéticos ya empiezan a hacer el amor y los chakras comienzan a interactuar. Se acumula así intencionadamente mucha energía para que ella, canalizada, pueda conseguir la ruptura de nivel en la consciencia que permita viajar hacia un lado más pleno de la mente y conectar con la energía transpersonal que a todos nos anima. La unión sexual posibilita otro tipo de unión. De la relación sexual el tántrico hace un yoga.



Los trovadores medievales conocieron bien las intensidades, afanes e incluso ansiedades de la pasión mágica. Ellos tomaban a la dama como fuente de inspiración, creatividad y vitalización. Vivían para ella y en ella. La amaban desde la dis-

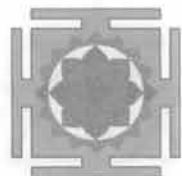


tancia y lo más que podían aspirar era a una mirada o un roce del ser amado. Pero podían soñarla y ensoñarla, y eso les bastaba. Cargaban sus acumuladores de libido y sublimaban esa energía o la utilizaban con otras damas que no eran “la dama”.



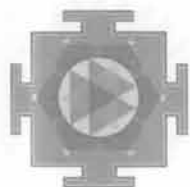
Radha y Krishna, la pareja cósmica

Unos trovadores eran castos, como los renunciantes tántricos; otros sublimaban la libido mediante sus trovas; otros practicaban la sexualidad con mujeres que no eran su anhelada dama, pero que tal vez constelaban a su dama, como la mujer constela a la Shakti o diosa para el tántrico. Era el de estos hombres singulares un amor intenso, romántico, también iniciático y sublime. Se veían obligados a internalizar a la dama y vivirla como la mujer interior y absoluta, puesto que en el exterior era no accesible.





Una pasión tan intensa y no consumada no debía ser fácilmente instrumentalizable. Pero el amor inaccesible es el inaccesible, no sometido ni al uso ni al abuso. Ese amor es eterno, o sea, al menos dura una vida. El trovador no podía consumir el néctar amoroso de la dama y se contentaba con ensoñarlo y utilizarlo como fuente de inspiración.



También el caballero andante hallaba motivación espiritual en la dama y creaba un vínculo de energía con ella a través de la prenda que ella le obsequiaba. Si no podía tener su cuerpo, al menos tenía su alma. Así no se desgastaba ni enrutinaba la caricia. La pasión estaba asegurada por siempre y para siempre, salvo que una dama libre se relacionase con el trovador o caballero y le robase el sexo y el seso convirtiéndose en su primario objeto amoroso.



No hay amor más encendido que el que no se gasta. Inspirándose en esa pasión inaccesible, el trovador era capaz de recorrer enormes distancias y componer maravillosos poemas, y el caballero andante podía enfrentar los mayores peligros. Es la pasión sublimada.

Pero el tántrico, logre o no consumir la pasión, busca por encima de todo el maridaje interior y el despliegue de la sabiduría que es Kundalini, la Bella Durmiente.



El amor profano se vuelve amor iniciático, la sexualidad ordinaria se sacramentaliza, el abrazo carnal es guía para el abrazo espiritual, el consorte exterior constela el interior, la lujuria es fuego para quemar el apego y no para potenciarlo.

Los cuerpos son altares donde se celebra la fiesta sexual-sacramental; por la pasión se aspira a la compasión; por el goce sensorial, al gozo espiritual.

La sexualidad no desgasta, potencia. No abate, despierta. No imita, expande. Es la alquimia místico-sexual que a su modo también conocieron los Fieles de Amor, los templarios y los cátaros. Al fin y al cabo, lo mejor de uno mismo está en la cueva secreta del corazón.



La sexualidad sagrada

La sexualidad es una energía de indiscutible poder. La biología, con sus leyes, se sirve de la sexualidad para desplegarse, sobrevivir, evolucionar. La sexualidad se reviste de placer porque es el medio de que los seres sintientes, que sienten la sexualidad como un impulso compulsivo y su realización como placentera, la practiquen y se multipliquen incluso aunque no se lo propongan.

La biología tiene sus leyes y se empeña en conseguir sus propósitos cueste lo que cueste, pero el tántrico y el yogui saben hasta cierto punto "burlar" la biología y aprenden a que no sea tan automática y pueda someterse al escrutinio de la atención consciente.

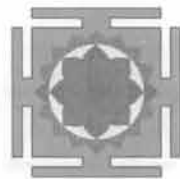
El yogui incluso intenta, hasta donde es posible, desautomatizar la biología; el tántrico aprende a cabalgar sobre el corcel indómito de la misma. Es más: yogui y tántrico, tratan de instrumentalizar la biología y aspiran a una suprabología.

El deseo sexual es de los más imperiosos en los seres humanos y puede ser fuente de gran apego, dependencia y adicción. Muchas personas son adictas al sexo como otras al alcohol.

El sexo puede aturdir el seso y la persona pierde su propia identidad o el sentido de lo real. Algunos se vuelven compulsivos coleccionistas de contactos sexuales; otros se abocan a una sexualidad tan banal, que no es más que un acto fisiológico como lo pueda ser el escupir.

Pero en las antípodas de la sexualidad profana, se encuentra la sexualidad sagrada. Esta sacralización de la sexualidad ha conformado una corriente soteriológica que viene de muy atrás.

En la tendencia del ser humano a sacralizarlo todo tampoco ha escapado a ello la sexualidad, máxime al ser una poderosa energía que puede instrumentalizarse para transustanciar, como pretende el tántrico, el cuerpo. La sexualidad se utiliza como energía y poder para la mutación de la consciencia.





De la sexualidad mecánica se pasa a la sexualidad consciente; del sexo banal, ciego, compulsivo y repetitivo, al sexo místico e iniciático.

Los tántricos se sirven de la sexualidad sacramental, la denominada erótica mística, como un "ejercicio" meditativo e iniciático para actualizar en si mismos energías de realización y sabiduría. Lo que a otros ata, a él lo libera; lo que a otros toma, él lo toma conscientemente.



Se instrumentaliza la libido como poder transformador. Si el buscador debe pensar, hablar y vivir conscientemente, no es de extrañar que también la relación sexual se consciencie y que así la sexualidad pueda convertirse en método de auto-crecimiento.



Pero además el tántrico no malgasta o desgasta inútilmente sus energías, ni gusta de una sexualidad insustancial, repetitiva e insípida. Hacer por hacer, aunque sea hacer el amor, no es la actitud del tántrico. Hay que hacer con destreza, lucidez, precisión y consciencia: ya sea preparar una taza de té o estar en la profundidad creativa de la caricia.



Pero además el tántrico, cuando se aventura en la vía de la sexualidad sagrada, es para crear y no para procrear. Insufla al máximo el deseo no para quedar dependiente del mismo, sino como piedra de toque para abrillantar la consciencia y ponerse en guardia consciente contra el apego. En la relación sexual trata de comunicarse cuerpo a cuerpo, centros psíquicos, chakras, a centros psíquicos y alma a alma. Hay una entrega total y totalizadora, pero se vive en la relación sexual y no se acarrea luego como apego encadenante. Esta sexualidad sagrada es para el tántrico no abstinentes, puesto que el renunciante ha maridado interiormente sus energías masculinas y femeninas y no necesita la relación sexual ni siquiera tantrizada.



También en la India, más que en ningún otro país, adquirieron notable fuerza el tantrismo y la sexualidad sacramental. Es curioso, puesto que el hinduismo ortodoxo y la sociedad hindú están encorsetados en una notable rigidez en cuestiones sexuales. Quizá como reacción surgió el tantrismo,

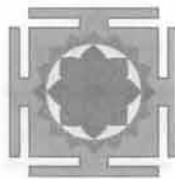
donde se sacraliza esa sexualidad que otros obvian o reprimen. Así, en la India hay templos con gran profusión de esculturas eróticas y en su literatura sacra, mitos religiosos cargados de erotismo.

El más popular para las gentes corrientes de la India es el del muy venerado dios Krishna, que curiosamente tiene por amante y digo curiosamente por tratarse de un país donde la sexualidad ha sido tan reprimida; a una mujer casada, llamada Radha. Con su habitual finura literaria, Marguerite Yourcenar, a la que tanto interesaba el pensamiento de la India, escribe:

“La India posee grandes mitos eróticos: Parvati y Shiva unidos en un abrazo que dura millones de años divinos, y cuyo producto podría destruir el mundo; Shiva, que seduce a las esposas de los anacoretas herejes, los cuales crean monstruos para vengarse y no consiguen sino proporcionar al dios nuevos atributos y galas; la cabeza cortada de Kali colocada sobre el cuerpo de una cortesana de baja estofa, y lo divino soldado a lo que pasa por ser inmundo. De todos estos mitos, el más bello sin duda, el más cargado de significaciones devotas y místicas, aquel en donde mejor se expansionan no sólo las emociones de los sentidos sino también las del corazón es la bajada de Krishna al bosque, entre las pastoras. El pastor celeste se extravía por el bosque y va hechizando con los sonos de su flauta a animales, demonios y mujeres. Las Gopis, las tiernas vaqueras, se apiñan a su alrededor en la espesura donde padece el ganado. El Dios que está en todas partes satisface al mismo tiempo a sus mil amantes; cada una, si nos atrevemos a desviar aquí de su sentido un verso célebre, lo tiene para ella sola y todas lo tienen por entero. Esta fiesta fálica es un símbolo de las bodas del alma con Dios.”

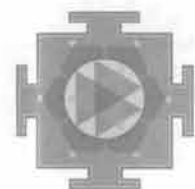
Es necesario, para solventar errores o falsas interpretaciones, señalar que el buscador espiritual puede, con respecto a su sexualidad, proceder de tres modos:

I. Practicando la sexualidad del modo común, o sea, desarrollando la sexualidad profana y ordinaria.

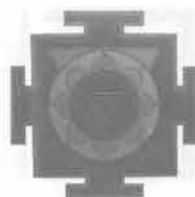




II. Sublimar la sexualidad y trascenderla o reabsorberla, como hace el monje o el renunciante, no porque la sexualidad sea mejor o peor que otra función humana, sino porque el renunciante quiere superar todo apego, incluido el sexual, o porque quiere transmutar y transustanciar su energía sexual.



III. Practicar la sexualidad como un medio de trascendencia o meditación, en el sentido de utilizar los controles necesarios: pensamiento, respiración, seminal y otros, e instrumentalizar la relación entre pasiones y sexo para el autoconocimiento, la actualización de energías y la conquista de estados diferentes de la mente. Pero si se opta por este tipo de sexualidad hay que entender que no es la sexualidad profana.



El buscador puede, por supuesto, practicar ambas si no es renunciante, pero siempre y cuando el sexo no despierte compulsión, apego, adicción u obsesión, porque para un buscador, en lo posible, hay que superar cadenas y, como reza el antiguo adagio, "si la cadena es de plomo o de oro, ata por igual".



Si el tántrico efectúa la cópula mística es porque mediante la energía activada a través de la misma, anhela superar toda dualidad y unificar los contrarios, incluidos lo "tuyo" y lo "mío", logrando un singular estado mental de unidad mediante el orgasmo sin eyaculación o mediante la prolongación de la cópula sin desembocar en la experiencia orgásmica. Es la instrumentalización de la libido para activar energías espirituales y, según los Kundalini-yoguis no abstinentes, también para perforar y abrir los chakras inferiores o más instintivos y vitales.

El tántrico, por el goce sensorial, apunta al gozo espiritual. El disfrute sexual intensificado yóguicamente es como un puente para vislumbrar el gozo místico y despertar un sentimiento oceánico que incluye a todos los seres sintientes y proyecta la consciencia más allá del ego.



Los yoguis tántricos ensayan técnicas para extraer "la luz del semen" y aprovecharla místicamente y también para lograr que el esperma ascienda, en lugar de salir y descender, y transformarlo en energía espiritual, capaz de estimular los centros psíquicos superiores. Estos yoguis tántricos reciben el

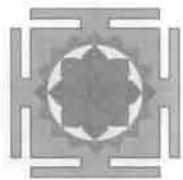
nombre de “urvaretas”, que quiere decir “los que elevan el semen”. Esta captación supramundana de la energía seminal favorece la transustanciación del cuerpo, limpia los canales energéticos, “toca” energéticamente los chakras, proporciona vitalidad en lugar de desgaste, euforia en lugar de abatimiento y, al decir de muchos tántricos, integra la unidad psicosexual. El Prana o fuerza vital se incrementa, pero además se transforma en energía espiritual que acrecienta la consciencia y la consciencia de sí.

Pero además el tántrico espacia la relación sexual tántrica, o sea, que no es una relación para todos los días o semanas. Es un rito especial para conquistar el néctar de la inmortalidad espiritual o amrita y no sólo para aliviar profanamente la tensión sexual sino para aprovecharla místicamente. El tántrico, pues, no es promiscuo y más bien desecha la sexualidad por la sexualidad. Si emprende la aventura místico-sexual es para matrimoniar la energía masculina y femenina y convertir el placer no en un fin, sino en un medio. La vitalidad y el poder del semen solo son aprovechables si éste no es desparramado.

Los amantes, realizando la cópula muy conscientemente y prolongándola muy considerablemente, logran generar un campo electromagnético de energías para la mente al éxtasis, estado muy superior de consciencia yóguico, que reporta su propia percepción de la unidad.

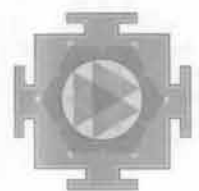
La mujer, mediante el rito, realiza a su hombre interno y el hombre, a su mujer interior y los participantes de la ceremonia entran en comunión reveladora. La dualidades se unifican y el desposorio exterior favorece el desposorio interno, donde se maridan energías masculinas y femeninas y se consigue el androginito espiritual que procura conocimiento transformador y revelados. Los amantes, como luego veremos, intensifican al máximo el deseo y lo convierten en pértiga de autopropulsión mística.

Lo que era impensable para la ortodoxia hindú, es decir la magnificación e instrumentalización mística de la relación sexual, se convirtió en medio salvífico para el tantrismo. La mujer es la esencia viviente de la diosa, su cuerpo es el altar





del sacrificio, su vulva es la fuente de energía, sus caricias son los signos sublimes más allá del signo ordinario, su pasión es el fuego que purifica y ennoblece, su lujuria desenfrenada resulta revitalizante y confortadora.



El diamante, constelado en el pene, penetra en el loto, constelado como la vulva. Pero no hay que hablar de penetración sino de interpenetración sexual y, de hecho, es la mujer la que toma a menudo la parte verdaderamente activa en la relación sexual. El diamante en el loto homologa la pureza, la fuerza, la energía y la vitalidad. El tantrismo es un trasgresor intencionado de la moralidad convencional. En el trantrismo la mujer no es para procrear, es para crear, es decir, fuente de fertilidad no física, sino espiritual y mística. La cópula es la representación del maridaje de Shiva y Shakti, la consciencia y la energía y los amantes iniciáticos son como dioses haciendo el amor y recreando un mundo espiritual.



Cada consorte iniciático halla su mismidad y la unifica con el otro, logrando el uno-sin-dos, es decir, retornando al ser antes de que se dividiera y diera lugar a todos los fenómenos. La mujer es un manantial de deseo y el deseo instrumentalizado iniciáticamente es vitalidad, poder, energía, plenitud y bienestar.



Pero en la cópula mística hay que ir más allá de toda actitud egoísta o egocéntrica. No hay "yo" ni "tú", sino unidad y a través del trance yóguico-sexual se recobra un sentimiento de plenitud o estado cumbre de consciencia. No obstante, innumerables yoguis que se sirven de la meditación y con esta escalan a las más elevadas cimas de la consciencia, consideran innecesaria la cópula mística a tales fines y ellos mismos, si son practicantes sexuales, no se sirven del rito místico-sexual, pero si imprimen un carácter de consciencia y lucidez a la relación sexual, como lo imprimen al preparar un ramo de flores o pasean



Muchos tántricos consideran el "esperma" femenino fluido vital y revitalizado hasta tal punto que lo cogen y lo veneran o conservan. Para algunos tántricos tiene poder sanador y es otorgador de energía y gracia. Pero no hay que pasar por

alto que hay corrientes de tantrismo degradado donde la superstición ha encontrado su lugar. El tántrico serio sabe que las sustancias físicas son la contraparte burda de sustancias o fluidos más sutiles, como el plexo nervioso es la contraparte física o burda del chakra o centro de energía.

Pero lo que sí es cierto y provoca el tántrico en la relación amorosa, es un intercambio de energías que puede llegar a ser muy vibrante, sentido y poderoso, y que realmente se experimenta como un fluido que conecta los cuerpos físicos y los astrales. Se produce entre los amantes una sintonización armónica de energías que tiene el poder de conducir la mente a esferas suprasensibles.

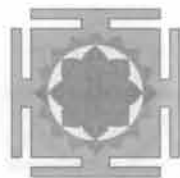
Para los taoístas todo ello resulta lenitivo, saludable y fuente de vitalidad y salud, pero el yogui tántrico lo enfoca de una manera infinitamente más metafísica y espiritual que el taoísta; a menudo, sobre todo los taoístas tardíos, obsesionados por la longevidad y la salud.

Para el yogui, lo verdaderamente importante es la liberación espiritual y no solamente la conquista de una suprabioología que le procure bienestar físico o larga vida. La vida, para el yogui tántrico, es un tránsito sin mayor importancia, que debe utilizarse, eso sí, para ejercitarse místicamente.

No busca el tántrico indio la salud perfecta como fin, como a veces han hecho ciertas corrientes taoístas obsesionadas también por el rejuvenecimiento, sino la salud como medio para contar con más energías en la aventura de la liberación.

De la sexualidad controlada y mística los taoístas hacen un manantial de energía y salud; y los tántricos, un medio de liberación. Por eso el taoísta pone mucho más énfasis en la necesidad de no derramar el semen, porque ello debilita y roba salud, en tanto que el tántrico, si retrotrae y conserva su semen no es por tal motivo tan burdo e incluso egoísta, sino porque la "luz del semen" enciende energías de orden místico que favorecen la iluminación de los chakras y el desencadenamiento de la sabiduría liberatoria.

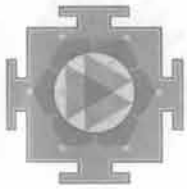
El taoísta llega a obsesionarse casi mórbidamente con la idea de no soltar ni una gota de semen, porque es debilitante





y acorta la vida, en tanto que a la mujer, como su esperma no se derrama, le proporciona gran vitalidad. De ahí que, según los taoístas, la mujer deba llegar a numerosos orgasmos, lo que le favorece en todos los sentidos y que el hombre, si llega al orgasmo, no deba eyacular.

Como vemos, el Tantra tiene un sentido mucho más místico y metafísico de la sexualidad y el taoísmo un sentido más centrado en la vitalidad y la salud.



Desde la más remota antigüedad, el yogui ha deseado transmutar la energía sexual en energía espiritual, y hay muchos métodos para intentarlo. Por otro lado, el amante exterior es un medio para desarrollar el amante interior.

El tántrico maduro y lúcido no cae en el truco de ilusión de creer que en el exterior puede hallarse el complementario que nos complemente y complete. El amante exterior es energía, pero para despertar en último lugar las propias energías.



En mi novela iniciática "El Faquir" los protagonistas precisamente concluyen, aun amándose, en que nadie puede complementarse sino uno mismo. A cada uno corresponde complementarse y completarse a si mismo, si bien es cierto que la energía amorosa que otros nos infunden y alientan no sólo es mágica y emocionante, sino alentadora para la difícil búsqueda emprendida por el aspirante espiritual. La sexualidad sagrada permite la participación en las esferas de lo místico. El tántrico no consume sexualidad como el goloso consume caramelos, ni jamás desvirtúa o desacraliza lo que ha instrumentalizado como sagrado, porque sería como el tenor que se malogra entonando cancioncillas de mal gusto.



Para que la sexualidad sea método de auto-crecimiento, como pretende el tántrico, debe ir acompañada de los controles necesarios, las actitudes imprescindibles, la exquisita sensibilidad y ternura, la consciencia clara y despierta, el desapego y el amor consciente, genuino y no egoísta que prevalece siempre.



El abrazo místico-sexual

Con respecto a la sexualidad hay que distinguir necesariamente entre la sexualidad como tal, donde sólo opera el centro sexual o líbido, la sexualidad amorosa o esmaltada con ternura y cariño, la sexualidad con amor y la sexualidad sagrada.

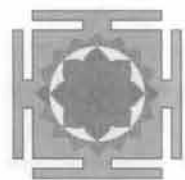
Así como la sexualidad como tal puede ser placentera o incluso divertida; también puede ser por completo mecánica, hueca, insustancial, como un mero trámite o para aliviar tensión sexual, donde la otra persona es inexistente como persona y se torna un instrumento masturbatorio.

La sexualidad amorosa es mucho más rica y enriquecedora, implicando no solamente lo sensorial, sino también las emociones y sentimientos.

La sexualidad con amor es muy especial, porque hay sexualidad acompañada de un genuino sentimiento de amor, lo que quiere decir que si un día la sexualidad decrece o incluso se extingue, el amor prevalece indiscutiblemente.

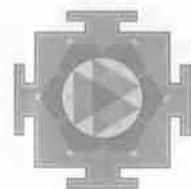
La sexualidad sagrada es aquella que tiene por objeto facilitar estados superiores de la mente y actualizar energías aletargadas. Desde luego, la mayoría de los tántricos menosprecian y dan de lado al primer tipo de sexualidad al que hemos hecho referencia. Simplemente ni les motiva ni les interesa o incluso la consideran una pérdida o un desgaste inútil.

El erotismo iniciático es el que "inicia" a otras formas de percibir, sentir y sentirse o ser-se. La relación sexual es como una boda alquímica, donde los consortes se unen en un abrazo amoroso-tántrico; para que cada uno de ellos una dentro de si mismo sus energías femeninas y masculinas. El placer sexual es puente hacia otras percepciones supramundanas, así como la cópula se demora mucho tiempo para insuflar un deseo que permita "implosionar" en lo profundo de la mente y desencadenar una ruptura en el nivel ordinario de la consciencia que abra una ventana a otros sentimientos, entre ellos el de plenitud-unidad. Se acude al goce muy sensitivo y desarrollado de los sentidos no como fin, sino como medio.





La relación sexual consciente potencia energías, ayuda a contener el pensamiento, favorece el vaciamiento mental para contactar con otras formas de captar. La sexualidad consciente dinamiza en lugar de agotar, entona en lugar de abatir. Mediante el intercambio pasional se genera un campo de energías intenso que envuelve al hombre y a la mujer. Por lo sensible se trata de acceder a lo suprasensible. Se entra de lleno en el misterio de la sexualidad y la intensidad pasional experimentada conscientemente va bruñendo la consciencia. Los ánimos encendidos, los sentidos muy vivos, las mentes perceptivas y silentes, la consciencia muy activa, pero no reactiva. Los amantes van insuflando el deseo más y más, evitando que explote, para reorientarlo y poder desencadenar una percepción supramundana que conecte con lo inmanifiesto.



Se utiliza la cópula mística como praxis para la supresión de las ideas en la mente y poder desarrollar la presencia de sí, pudiendo acceder al universo paralelo o dimensiones por lo general tan ignotas como inexploradas e inexploradas. Se celebra la relación amoroso-sexual-mística para que, a través del encuentro apasionado de los cuerpos y de las almas, se pueda recobrar una dimensión mágica y reveladora. Los amantes intensifican las caricias, las ternuras y sensibilidades y con el deseo exacerbado se interpenetran y prolongan mucho la cópula para ir generando esa atmósfera de energía que va tomando los cuerpos y los sentidos y que el tántrico debe dominar y canalizar, en lugar de ser dominado y perturbado por la misma.



El intercambio de energías se torna muy poderoso y algunos consortes tántricos lo potencian aún más mediante mantras o visualizaciones, y también acompasando mutuamente las respiraciones. Se va consiguiendo una especie de éxtasis amoroso que no desemboca en el orgasmo y que crea mayor y mayor tensión sexual y amorosa para poder apoyarse en ella para modificar la consciencia. Incluso, para insuflar la pasión y el deseo, algunas parejas tántricas se están tratando durante semanas sin intercambiar caricias, sino deleitándose con la presencia y consiguiendo que las energías amorosas



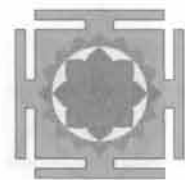
empiecen a fluir intensamente de uno a otro amante. Como de lo que se trata es de transustanciar los cuerpos y canalizar la pasión, los tántricos intensifican tanto como pueden la energía de la pasión y el deseo para cuando tenga lugar el acto sexual sacramentalizado.

La cópula nunca será profana, sino iniciática; nunca mundana, sino supramundana y a la luz de una consciencia viva pero ecuánime. El hombre debe mantener la clara luz de la consciencia, porque personifica a Shiva o conciencia pura; la mujer es energía dinámica, potencia dinamizante. El acto pondrá en contacto las envolturas carnales, las energéticas y las psíquicas.

El rito místico sexual provoca también el calor purificador interno, llamado agni, que limpia determinados nadis o conductos energéticos, si no, despierta apego. Por el goce sensorial se va a tratar de convocar el gozo místico; por la dualidad se va a intentar celebrar la unidad. El placer, por intenso que resulte, no es el fin. El goce se vuelve puente hacia la infinitud.

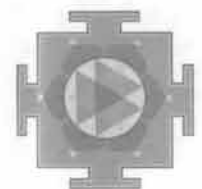
La mujer, Shakti en movimiento, toma la parte activa y el hombre una parte más pasiva en la relación sexual, aunque también puede ser al contrario o a momentos los dos se pueden mostrar muy activos o los dos pasivos. No hay reglas fijas. Pero debe ser intensificado el deseo y durante un tiempo considerable no permitir que explote y se disipe. Por la sexualidad al amor y por el amor a la compasión omniabarcante e infinita. Las energías sexuales altamente alentadas son para transformar, revitalizar y cosmizar, y no para densificar el ego y generar apego.

El rito sexual-místico se denomina maithuna en el tantrismo. Es uno de los métodos de que se sirve el tantrismo de mano izquierda para actualizar energías y crecer conscientemente. Se sacraliza la sexualidad poniéndola al servicio de la búsqueda y la liberación. Es un método coadyuvante, una técnica yóguica. Los amantes constelan la cópula primordial, es decir la unión de Shiva (conciencia pura) y Shakti (energía). Así la pareja durante un tiempo adquiere carácter de divinidad y representa el acoplamiento del dios y la diosa.





La relación sexual tiene que ser activa pero serena, intensa pero no compulsiva, pausada y consciente. Se va produciendo un intercambio de energías bioeléctricas, físicas, sexuales, emocionales y espirituales. Los chakras inferiores se conectan de cuerpo energético a cuerpo energético. Hay amantes tántricos que visualizan los chakras y recitan sus bija-mantras correspondientes. Las energías van fluyendo de cuerpo a cuerpo, de poro a poro, de célula a célula. Incluso puede sentirse una vibración muy poderosa. El hombre siente en la mujer a la diosa y la mujer en el hombre al dios.



El ritual sacro-sexual exige una prodigiosa sensibilidad, ternura y saludable autocontrol. Hay que vivir muy conscientemente las sensaciones de todo tipo y captar sensitivamente a la persona que efectúa con nosotros el rito. Debe haber una gran apertura amorosa. Los amantes deben recrear una intensa comunicación energética entre ellos, encendiendo el deseo para luego, sin premura, interpenetrarse y dar comienzo a la cópula mística. La respiración lenta y pausada, la atención muy presta, el ánimo sosegado a pesar del deseo intensificado, la mente libre de ideas.



El hombre debe tener especial cuidado para no precipitarse. El tántrico tiene un enorme control en este sentido. El deseo sexual no logra traicionarle ni burlarle. Como la cópula es muy lenta y hay espacios de inmovilidad, excepto en las contracciones genitales para seguir encendiendo la pasión; el deseo se intensifica en grado sumo y, al no descargarse, provoca un intercambio poderosísimo y enervante de energías entre los cuerpos de los amantes.



La mujer puede llegar al orgasmo cuantas veces éste surja, o también deleitar micro-orgasmos previos al orgasmo más total. Hombre y mujer, en abrazo tántrico, viajan supracotidianamente y unifican las energía positivas y negativas o masculinas y femeninas, fundiendo lo consciente y lo inconsciente y aspirando a la percepción supraconsciente. La percepción se va modificando.



La cópula puede extenderse por varias horas. El hombre optará por llegar o no al orgasmo, pero incluso si lo hace opta-

rá porque sea con eyaculación o sin eyaculación. Cuando el orgasmo se demora las sensaciones intensas que se van creando, se tornan más fluidas y embargan el cuerpo y la mente. Se provoca una voluptuosidad extrema y a la vez muy sutil, que va modificando el eje petrificado de la mente y procurando una consciencia y una percepción más refinadas. Pero si no hay el control suficiente sobre el pensamiento, la mente y el deseo, el tántrico pierde la presencia de sí y se atolondra. En lugar de haber un ensanchamiento y potenciación de la consciencia, hay un estrechamiento y debilitamiento de la misma.

La mujer descubre en el hombre al hombre-absoluto y el hombre en la mujer a la mujer-absoluta. El eterno femenino y el eterno masculino se matrimonian y dan lugar no al hijo de la carne, sino al de la sabiduría.

Los cuerpos se van Shaktizando, energetizando y las consciencias se van esclareciendo. Hay pasión, pero no agitación; hay tensión, pero no obnubilación de la consciencia.

Los amantes pueden servirse de cuantas posturas sexuales gusten, pero la puramente tántrica es aquella en la que la mujer se sienta a horcajadas sobre el hombre sentado. Así los cuerpos pueden abrazarse y la cópula puede realizarse muy lentamente, generando mucha energía pasional. El maithuna se vuelve alquímico, o sea, la pasión es el elixir para modificar la percepción.

El maridaje iniciático nada tiene que ver con la relación sexual común. Se trata de apoyarse en lo condicionado para ir a lo incondicionado.

Si bien en el tantrismo tradicional hindú se dan prescripciones fijas y muy definidas para la relación místico-sexual, maithuna, los amantes tántricos, al margen de la tradición hindú, pueden recurrir a sus propios preparativos y convertir la relación sexual-amorosa en tántrica o yóguica por el hecho de:

Insuflar el deseo al máximo

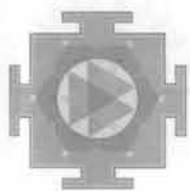
Desarrollar sensibilidad y gran ternura

Alertar al máximo la consciencia durante toda la relación sexual





Contener los pensamientos y ritmar las respiraciones
Efectuar muy lenta y muy atentamente la relación sexual
Prolongar considerablemente el acto sexual
Evitar el apego y el aferramiento
Mantener la actitud adecuada de que se trata de un acto meditativo y no de una relación sexual profana u ordinaria.



Los amantes deben insuflar el deseo pasional cuanto sea posible. Para llevar a cabo la relación místico-sexual pueden seleccionar una estancia agradable, perfumada y en la semi-



penumbra. Hay amantes tántricos que durante unos días previos al acoplamiento ayunan e intensifican la meditación para purificarse y afilar la consciencia.

Una vez los amantes se reúnen para la ceremonia, se bañan y se perfuman para luego colocarse unas prendas cómodas. Después se sientan frente a frente y dedican un tiempo a la meditación en el ser, es decir, quedan absortos en su bendito y revelador silencio interior, sin dejarse enganchar por los recuerdos o por las ensoñaciones.

Pueden luego recitar algunos mantras e incluso hacer visualizaciones para que los cuerpos energéticos comiencen a entrelazarse. Una de estas visualizaciones consiste en lo siguiente:

Al inhalar, la energía de la otra persona entra en uno.

Al exhalar, la propia energía envuelve y penetra a la otra persona. Se visualiza como una nube de energía que interconecta y envuelve a los amantes.

También hay un ejercicio que consiste en lo siguiente:

Al inhalar uno mentalmente dice: "Yo soy"

Al exhalar, uno mentalmente dice: "Tú"

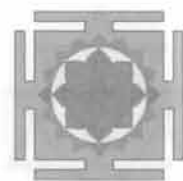
Así: "Yo soy tú." Las dos personas proceden de tal modo y se visualizan formando una unidad.

Cuando los amantes lo crean oportuno comenzarán muy tierna, lenta voluptuosamente con el juego de las caricias y de los besos.

Los cuerpos son altares para la celebración del sacramento y son además poderosas reservas de energía cósmica. Son los templos de los dioses. Empieza a tener lugar el intercambio de besos, caricias, susurros, abrazos y ternuras.

Los amantes deben estar muy perceptivos, exquisitamente atentos y sensibilizados, logrando potenciar su energía amorosa y su vehemente deseo pero sin precipitarse en la ansiedad, la compulsión o el descontrol.

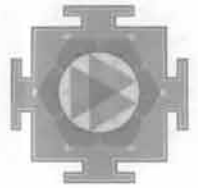
Hay a la vez intensidad y sosiego, pasión y ternura, voluptuosidad y dulzura infinita. Todas las envolturas y cuerpos comienzan a entrar en comunicación. Los abrazos y caricias se suceden. Cada partícipe ofrece lo mejor de sí. Los pen-





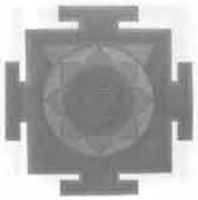
samientos amorosos y benevolentes también brotan como sentimientos que dejan huellas en el alma y esmaltan tiernamente el corazón.

Cuando el deseo ha sido muy insuflado y los amantes han conocido y reconocido milímetro a milímetro sus cuerpos, se interpenetran. Pueden adoptar cualquier postura y deleitarse con unas y otras.



La cópula debe prolongarse muy considerablemente. Cuando los cuerpos se inmovilizan continúan las contracciones genitales para que no amaine el deseo sino al contrario, para que se intensifique más y más. Es así como las energías fluyen lentamente, se transmiten de cuerpo a cuerpo, se intensifican y arroban la consciencia.

Pero el tántrico debe no ceder a la inatención que puede provocarle una pasión sobredimensionada. Él es partícipe y testigo, hacedor y contemplador a la vez, la Shakti que hace y el Shiva que permanece imperturbado.



Las palabras muy difícilmente pueden explicar esta experiencia "sui generis" que viven los tántricos durante la relación sexual-mística. El guerrero espiritual cuida su atención para que la cópula sacralizada no corra el riesgo de profanalizarse y desacralizarse. La relación entraña:

Pasión intensa

Entrega total

Exquisita ternura

Consciencia de las necesidades del amado

Satisfacción propia y ajena

Enriquecedor y envolvente sentimiento amoroso

Contención del pensamiento

"Almor" (amor desde el alma) y compasión

No aferramiento



El guerrero o guerrera espiritual hace de su vida una preciosa senda hacia la plenitud. Como en la senda de la vida, la pasión y la sexualidad forman parte de la existencia misma y, en lugar de "vivir" éstas meliflua y mecánicamente, las vivencia intensamente y las instrumentaliza para caminar sin demora hacia la realización.



El amor consciente

La sabiduría de la mente es incompleta sin la sabiduría del corazón. De la inteligencia clara, eso si, deriva la compasión profunda. Del mismo modo que cabe hacer una distinción entre enamoramiento y amor, también la podemos hacer entre amor y amor consciente.

El enamoramiento nos toma y se nos impone; es una poderosa inclinación hacia una persona que nos causa deleite y, por tanto, ansiamos gozar de ella en los más diferentes sentidos. El enamoramiento es pues, mecánico y pasivo. Por el contrario, el amor es una actitud activa y es un anhelo para que las personas amadas tengan bienestar en todos los órdenes. El enamoramiento reclama, el amor da. El enamoramiento está más cerca de las sensaciones; el amor, de las emociones y sentimientos.

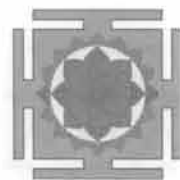
Puede haber, como ya dijimos, enamoramiento con amor o sin amor. El enamoramiento sin amor, cuando se disipa, crea una distancia entre las personas enamoradas. En el enamoramiento con verdadero amor, éste prevalece aunque acabe la pasión.

El enamoramiento es inseguro, el amor es infinitamente más seguro y menos contingente. Pero es el amor consciente el más pleno, puro, no egoísta y seguro.

El occidental brilla mucho con el centro mental, pero su centro emocional está muy obturado. A menudo lo que denominamos amor no es más que una transacción de compensaciones.

El amor mecánico está frecuentemente coloreado por el egocentrismo, el egoísmo, la vanidad, la necesidad de imponerse, los reproches y exigencias, las expectativas, el desencanto, la necesidad compulsiva de ser aprobado y considerado y, en el peor de los casos, la frustración y el resentimiento. El amor desde el ego no es amor verdadero.

El amor consciente es un yoga muy elevado. Hay que imprimir este amor consciente en todo tipo de relación humana genuina. Se llama amor consciente por varias razones:



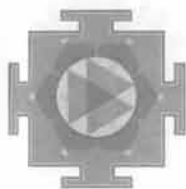


Se ejercita.

Se desenvuelve a la luz de la consciencia y la inteligencia clara.

Se libera de contaminaciones: celos, odio, afán de posesividad, manipulaciones por sutiles que fueren, imposiciones o exigencias y reproches.

Exige atención consciente, tolerancia, respeto y ecuanimidad.



Lo mismo sabe asir que, cuando llega el caso, soltar

Descubre y trata de atender las necesidades de la otra u otras personas.

Colabora en el crecimiento de la otra u otras personas incluso a riesgo de perderlas cuando se desarrollen.

Pone más énfasis en dar que en tomar, en atender y considerar que en ser atendido y considerado.



No se enreda en suspicacias narcisistas ni se parapeta con egocéntricas autodefensas.

Es un amor para el crecimiento propio y ajeno y desde la interdependencia y la libertad.

Es un amor cooperante, donde se ponen de manifiesto cuatro estados sublimes, así los denominaba Buda: la compasión, la benevolencia, la alegría compartida y la ecuanimidad.

El amor consciente estimula la compasión, o sea, el sentimiento de padecer con el que es desdichado.



Sólo es posible cuando vamos superando el ego infantil, el personalismo, la auto-importancia y todas esas barreras que impiden la comunicación y comunión reales. Es un amor con sabiduría, que deviene cuando estamos más integrados interiormente, más armonizados y libres de tantas expectativas y de tanta intransigencia. Va aflorando bellamente cuando resolvemos ambivalencias emocionales, sentimientos neuróticos de soledad, dependencias psíquicas y carencias afectivas. Es el amor como una actitud que se desparrama como el aroma de una flor.



Si todos los seres buscamos felicidad, se ponen los medios, en lo posible, para que los otros sean dichosos; si todos detestamos el sufrimiento, se ponen los medios, en lo posible, para no dañar a ninguna criatura.

Es un amor expansivo, sin tantas preferencias personalistas, donde se ama a las otras personas por lo que en si mismas son y no por el placer que nos reporten. Por supuesto que es un amor difícil de ganar, porque nuestra mente, al estar ofuscada y llena de apego y aversión, no puede, hasta que no se esclarece, aspirar a este tipo de amor.

Por eso el amor consciente requiere un aprendizaje y este aprendizaje también conlleva una mutación de la consciencia y un cambio de actitudes y de sentimientos. Pero es el amor más creativo, noble y balsámico. Dulcifica los sentimientos y los comportamientos y genera una atmósfera de paz y cordialidad. Porque no es una senda sencilla, el antiguo adagio reza: *"Los dioses aman conscientemente y el que ama conscientemente se convierte en un dios."*

El amor consciente será tanto más posible cuanto más desarrollada esté la consciencia del individuo. A mayor consciencia habrá más atención lúcida y la persona podrá ir superando todos los impedimentos del verdadero amor. Estando más conscientes evitaremos provocar daño a los demás y también resolveremos mejor nuestros autoengaños, subterfugios, pretextos y justificaciones.

El tántrico, puesto que aspira siempre a que haya una presencia firme y lúcida de la consciencia, también se ejercita en el amor consciente.

El guerrero espiritual va reorganizando su psique para que pueda cooperar en el crecimiento propio y en el ajeno. Trata de llevar la consciencia a lo que piensa, a lo que dice, a lo que hace, a cómo se relaciona y, como ya hemos visto, incluso a la relación amorosa-sexual.

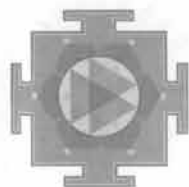
El amor consciente, por un lado, nos lleva a estar muy atentos para descubrir nuestras negatividades emocionales y poder rectificar y superarlas o controlarlas; por otro lado, acentúa la necesidad de potenciar las emociones sublimes, que son muchas, pero que se cifran primordialmente en cuatro:





Amor inegoista
Compasión o benevolencia
Alegría compartida
Ecuanimidad

El amor consciente se practica y se conquista en la medida en que, poco a poco, vamos suscitando, fomentando y cultivando estas sublimidades en nosotros. Por eso vamos a hacer referencia con algún detalle a cada una de estas emociones o cualidades positivas, tan importantes que Buda, además de denominarlas estados sublimes, también las llamaba "santas moradas" o "moradas celestiales".



Todo ser humano, para ir conquistando su integración interior, debe cultivar estos estados. Para ello existen además un buen número de ejercicios de meditación. Son cualidades sublimes que hacen posible el noble vivir y de hecho conducen al mismo. Son para todos los seres humanos, cualesquiera que sean sus creencias o condiciones.



Si aflorasen en la mente de los seres humanos, el mundo entero cambiaría y la tierra se humanizaría. Representan el verdadero arte del noble vivir y de la pureza de corazón y son por ello la médula del amor consciente. Si no hubiera ofuscación en la mente florecerían como hermosos pimpollos. Propician la armonía con uno mismo y con los demás, mejoran las relaciones humanas y las condiciones sociales y liberan la mente de cualquier corrupción y de todo lo que no es sano y provechoso. Invitan a contemplar lo bello y a destacar lo mejor en la visión de los demás. Son cualidades espléndidas y que hay que desplegar mediante el discernimiento, la firme resolución, la meditación y el trabajo interior. El que desarrolla estas cualidades ve a todas las criaturas como si fueran su propia familia y surge un respeto profundo por todos los seres. Son fuente de dicha propia y ajena y representan una verdadera alquimia interior.



Todos los seres humanos compartimos un espacio común: buscamos felicidad y no queremos sufrimiento. Comprendiendo vivencialmente esta realidad nos motivamos para promover las cuatro sublimidades. Uno mismo se com-



para con los demás y anhela para los otros lo que para uno quiere y evita a los demás lo que para uno quiere evitar. La felicidad, el amor y la benevolencia que uno quiere para si mismo también los quiere para los otros. Así deviene el verdadero ennoblecimiento y la vida se convierte en un aprendizaje hacia lo más bello y laudable.

Estos bálsamos nos aproximan a nosotros y a los demás. Se desarrollan de manera natural en la medida en que va cediendo la ofuscación de la mente. Estos son sentimientos que deberían inspirar siempre la vida de un ser humano.

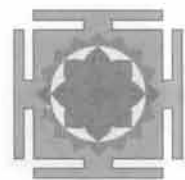
El cultivo de estas sublimidades es necesario en toda época y latitud. Ayuda a frenar la putrescibilidad, el desamor; la violencia, el egoísmo, el malestar social y psicológico y la avaricia desmedida. Cada uno de estos estados puede tomarse como tema de meditación, con lo que se va consiguiendo un cambio de consciencia y de corazón.

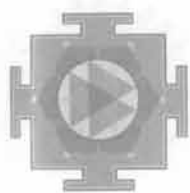
Cuando se va recuperando la inteligencia primordial se comprende que nada es más importante que el amor. Cuando en la mente anidan el egoísmo, la violencia, la envidia y la codicia, estas contaminaciones empañan la visión, conducen al vivir malevolente, condicionan perversamente las palabras, los pensamientos y los actos.

Cuando, por el contrario, el amor, la compasión, la alegría compartida y la ecuanimidad se instalan en la mente y en el corazón, los pensamientos, las palabras y los actos nacen a la luz de la pureza, la confianza propia y ajena y el afán de amable cooperación.

Estos cuatro estados se complementan entre si y representan la ética más elevada y hasta racional y razonable, y no una mera y engañosa moralidad convencional que cambia según las épocas y costumbres.

El cultivo de estas sublimidades también facilita la meditación, porque no se trata de meditar sólo para beneficio propio o para servirse de la meditación como un medio para robustecer el ego y tener un carácter más implacable para enredar egoístamente en el entorno social, sino de meditar para esclarecer la mente y obtener lo mejor del corazón.





Buda

Amor

No hay bálsamo más extraordinario. Cuando el amor es verdadero siempre prevalece. Es el verdadero antidoto contra el resentimiento, el afán de venganza, la ira, el odio y el rencor. Enseña a perdonar, perdonamos y reconciliarnos.

El que más se beneficia es el que ama, porque el amor desencadena una prodigiosa energía de integración, bienestar, cordura y plenitud. El genuino amor no sabe de posesividad, presiones, exigencias, celos o falsas expectativas.

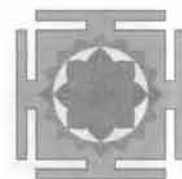
Es el amor consciente que todo lo entibia e ilumina. Es una gran medicina. Atiende en la medida de lo posible las necesidades ajenas y se identifica con las cuitas de los demás. Es un amor fraterno y cordial, no egoísta, que se irradia en todas las direcciones y hacia todos los seres. Es una corriente de simpatía hacia todas las criaturas, que conlleva respeto, tolerancia y comprensión.

Mediante el cultivo del amor uno se libera del odio y vive feliz entre los que odian. Este amor no es debilidad, sino fortaleza. Para que no genere aferramiento o apego debe asociarse a la ecuanimidad y a la benevolencia.

Compasión

La compasión consiste en estremecernos con el dolor ajeno, identificarse con las aflicciones de los otros y no ser friamente ajeno a los demás. Es una actitud de sublime sensibilidad ante el sufrimiento de las otras criaturas, en lugar de resultar indiferente a las mismas. Nada moviliza tanto ni tan laudablemente como la compasión. Los padecimientos ajenos son los propios padecimientos.

Pero la compasión no es sensiblería ni pusilanimidad. La verdadera compasión es seguida por la acción para poder ayudar a los otros. No es una idea, sino un sentimiento que pone en marcha la acción compasiva. Por compasión uno evita dañar a cualquier ser, por ínfimo que parezca. La compasión nos hace cariñosos, tiernos y realmente humanos.





El amor y la compasión son hermanos gemelos. El ser humano debe conseguir una mente clara y un corazón tierno.

Alegría compartida

El antídoto contra la envidia es la alegría compartida, es decir compartir la alegría que sienten los otros y ser felices porque los otros lo son.

Representa el contento por la felicidad y los éxitos de los demás, y también el compartir nuestros propios éxitos con ellos. El júbilo es una energía muy revitalizante y poderosa.

Como la llama de una vela enciende otra vela, el contento se transmite de corazón a corazón, creando una atmósfera de simpatía y plenitud. Si ante el dolor de los demás debe desatarse la compasión, ante el bienestar de los otros debe hacerlo la alegría compartida, también denominada alegría altruista.

Mediante la compasión nos identificamos con el sufrimiento de los otros y mediante la alegría altruista celebramos los éxitos y la felicidad de los demás. Mediante la alegría compartida se superan los celos, la envidia y la aversión.

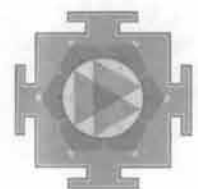
Amor, compasión y alegría altruista nos acercan a los otros. Nos sentimos felices con la felicidad de las otras criaturas.

Ecuanimidad

Es la cualidad de cualidades. Es el refugio que nos queda ante lo inevitable; representa apoyo, firmeza y equilibrio.

Es armonía, visión clara, imparcialidad, comprensión amplia y profunda, quietud, tolerancia, capacidad para ver más allá del ego y no dejarse atrapar por los extremos, que siempre son trampas perniciosas. No es indiferencia ni insensibilidad.

Es el arte de no reaccionar desmesuradamente; es la comprensión clara de los hechos cambiantes de la existencia;



es la visión acertada del juego de las dualidades existenciales. Hay vida y muerte, encuentro y desencuentro, ganancia y pérdida, placer y dolor, triunfo y derrota, halago e insulto.

La persona ecuánime mantiene su equilibrio y firmeza en toda circunstancia. Todo es transitorio; entonces ¿por qué siempre estamos en el apego y en el rechazo, en el gusto y en el disgusto extremados?

La persona ecuánime mantiene la mente firme, equilibrada y clara ante las situaciones favorables y desfavorables, y comprende que lo favorable se puede tornar desfavorable y viceversa, que lo que a veces parece una maldición con el tiempo deviene en bendición.

La ecuanimidad hace posibles las otras tres cualidades sublimes y las regula armónicamente. Así se evita el apego, la dependencia, el aferramiento, la exaltación y el abatimiento, la euforia neurasténica y la depresión. Se puede ser muy vital e intenso, pero ecuánime, sin tener que estar siempre reaccionando con apego o aversión. La ecuanimidad es la posición equilibrada del medio que ve ambos extremos pero mantiene su equilibrio sin precipitarse hacia uno u otro.

La ecuanimidad libera de indecisiones innecesarias y desgastadoras vacilaciones. Proporciona prestancia y fortaleza. Libera de compulsión y ansiedad. Estabiliza y armoniza el carácter. Gracias a la energía de equilibrio y lucidez de la ecuanimidad, la persona se libera de inquietud, apego, partidismo, indiferencia y dogmatismo.

La vida está llena de fluctuaciones y altibajos. Lo mismo sucede con los estados anímicos, pensamientos e intenciones. Todo fluye. La persona ecuánime comprende el fenómeno del cambio y de la inestabilidad, y mantiene a pesar de ello, su equilibrio, cordura y claridad. No se altera innecesariamente, no se desgarra las vestiduras ni se tensa. Es como el hábil funámbulo que pasa por el alambre manteniendo diestramente el equilibrio. La persona ecuánime jamás es extremista.



Desarrollando los estados sublimes

Aprender y desaprender es parte del proceso gradual hacia la integración psicológica.

Es necesario desaprender los viejos hábitos reactivos y perceptivos, los códigos, las corrupciones, las actitudes egocéntricas, las raíces de lo perverso y todo aquello que nos condiciona negativamente.

Hay que aprender a recuperar la naturaleza original, desarrollar el elemento vigílico, recobrar la inteligencia primordial y desencadenar la visión liberadora.

Mediante el discernimiento, la firme resolución y el trabajo interior iremos desarrollando las actitudes sublimes y desplegando amor, alegría compartida y ecuanimidad en todos los sentidos y hacia todos los seres.

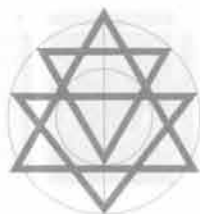
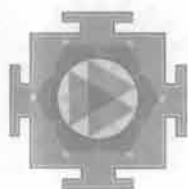
El tántrico se empeña en transformar las cualidades negativas en positivas o, por lo menos, aprende a no dejarse arrebatar por las mismas.

Amor y ecuanimidad son como las dos alas de un pájaro: se complementan. El amor sin ecuanimidad puede precipitarse en el apego o incluso en la inútil sensiblería. La ecuanimidad sin amor puede inclinar al distanciamiento, la frialdad o la indiferencia. El amor se enriquece y purifica con la ecuanimidad; la ecuanimidad se dulcifica con el amor.

La mente fría, el corazón tierno. La visión clara, el corazón siempre amoroso y disponible. Con sus dos alas bien consistentes, ¿dónde el pájaro no podrá remontar el vuelo?

El amor proporciona indulgencia y benevolencia; la ecuanimidad procura cordura y firmeza. El camino, a veces tortuoso, de la vida se hace más fácil, o menos difícil, con amor y con ecuanimidad.

El ejercicio meditativo de la irradiación amorosa es excelente y consiste en enviar sentimientos de amor a todas las criaturas, comenzando por uno mismo y siguiendo por seres queridos, seres indiferentes, seres detestados y todos los seres sintientes y el universo. Se exhala benevolencia en todos los sentidos y direcciones y se fomenta la energía de compasión.



Conclusión

Cuando un discípulo le preguntó a un maestro a propósito de una técnica para avanzar en la senda de la iluminación, el mentor le respondió: *"Si te vale, vale."*

Y ciertamente, cada buscador debe tratar de hallar los mapas espirituales y los métodos para seguir la senda hacia la liberación.

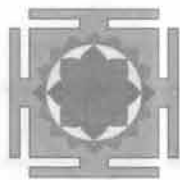
Hay muchas escaleras para acceder al estanque del conocimiento y cada uno debe hallar la que más se aviene con su naturaleza. Ningún método es el mejor para todo el mundo, pero son muchos los métodos que pueden ayudar al ser humano y debemos sentirnos afortunados porque hay un verdadero arsenal de técnicas de auto-desarrollo al alcance del ser humano, muchas de ellas antiquísimas y que se han perpetuado en la India hasta nuestros días.

Desde la más remota antigüedad, los yoguis -y posteriormente los samkhyas, los budistas, los vedantines y los tántricos, entre otros- han insistido en la necesidad de apoyarnos en la vigilancia para poder explorar las realidades que subyacen tras la realidad aparente. En el Tantra se apoya y afirma la naturaleza para ir más allá de la misma y captar el sustrato que la anima.

Pero toda genuina enseñanza, desde luego, se basa en el establecimiento de la verdadera ética, el cultivo de la mente y el despliegue de la sabiduría o conocimiento supramundano. Cómo se entienda o se pueda explicar esa última realidad liberadora difiere según los maestros, los contextos espirituales, las épocas y las latitudes, y el nivel de comprensión y entendimiento del aspirante.

Pero esa última realidad puede ser denominada con diferentes términos: Vacío, Nirvana, Todo, Brahmán, Iluminación, Tao, Nirvikalpa-samadhi, Satori, Moksha, ni Todo ni Nada (neti, neti) o de cualquier otro modo.

Las polémicas son irrelevantes. Todos los liberados vivientes han saboreado el mismo alimento, como quiera que a este se le denomine. Lo que está más allá de los conceptos,





ideas, palabras y condicionamientos es innumerable. Para conocerlo hay que experimentarlo. Como concepto, carece de significado.

Cada ser humano, si es un verdadero sabueso de la última realidad, encontrará la vía o su vía o varias vías hasta hallar el último trecho de la senda.



Cuando el Lama Akong Rinpoche acudió al Centro de Yoga y Orientalismo que dirijo a ofrecernos una charla y someterse a un intenso ciclo de preguntas y respuestas, explicó que del mismo modo que un traje o un vestido no sirve para todo el mundo, sino que cada cual debe hallar su talla respectiva, así cada buscador debe encontrar su vía de auto-desarrollo y técnica meditacional. Todas son buenas si se apoyan con la virtud, se practican asiduamente y desarrollan sabiduría.



Cada maestro, en la India, ha puesto el acento en un modo de enseñar y ha impartido técnicas de acuerdo a su mejor criterio. Ha habido maestros que han enfatizado la necesidad de practicar incansablemente la meditación sentada y otros que, por el contrario, la han desaconsejado insistiendo en la necesidad de estar atentos en cualquier momento de la vida. La mayoría recomiendan ambas cosas. Pero indudablemente todo maestro coincide en la necesidad de:



Ejercitarse en el desasimiento y obtener mayor desapego.

Aprender a liberar la mente de negatividades como avidez, ofuscación, odio, celos, envidia y estrechos puntos de vista.

Desarrollar el discernimiento, la atención, la ecuanimidad, el contento y el sosiego

Valorar la existencia como medio para alcanzar la liberación definitiva.

Desplegar el amor, la compasión y la benevolencia.

Superar la arrogancia, la auto-importancia y, en suma, el exceso de ego y, por tanto, de egoísmo.

Adiestrarse en la acción consciente y no egoísta, mejorar la relación con las otras criaturas y estar más atento a los pensamientos, las palabras y los actos.



El practicante puede ser riguroso en su búsqueda y tener un gran sentido del humor, contento y alegría.

Hay que evitar siempre el orgullo espiritual, la actitud infantil de adoctrinar a los demás.

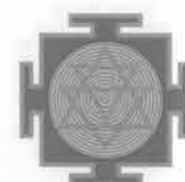
La simplicidad en el comportamiento, el buen carácter y la óptima capacidad de comunicarse sin auto-defensas y en apertura amorosa no sólo son signos de salud mental, sino también de que se está integrando la práctica en la vida cotidiana.

Todos los mentores espirituales de la India, cualesquiera que sea su doctrina, insisten en la necesidad de desapegarse, superar el ego, desarrollar conjuntamente sabiduría y compasión, trascender tanto a la avidez como a la aversión, perseguir la realidad que se oculta tras las apariencias, disolver o sobrepasar la ilusión, maya, de la mente, e ir más allá de los fenómenos del samsara (ciclo de existencias) para acceder a lo incondicionado.

Para la mayoría de los sistemas liberatorios de la India, la existencia fenoménica es un escenario ingrato, que perturba el discernimiento con sus juegos de ilusión cósmica, y esclaviza dejando oculta la última realidad, precisamente aquella a la que debe acceder el buscador, como quiera que ésta se conciba.

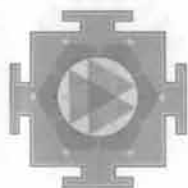
Los tántricos invitan a la celebración de la vida, pero no para quedarse enganchado en sus fenómenos, sino para trascenderlos. Su vía es la de la afirmación de lo fenoménico, pero para atravesarlo.

Los verdaderos tántricos, como los genuinos aspirantes de otras culturas místicas: budismo, yoga, vedanta, etc., anhelan poner fin a la ignorancia y con ello a la masa de sufrimiento de la existencia fenoménica.





Si desea conocer más ejemplos y ahondar en diversos métodos de meditación, puede consultar en esta misma editorial y del mismo autor:



*“Yoga mental y meditación” (libro)
“Yoga mental y meditación” (libro + CD de meditaciones)
Sólo el CD de meditaciones dirigidas titulado: “Curso completo de meditación”*



Para conocer el Hata-Yoga o yoga físico, del mismo autor y misma editorial:

*“Aprende Yoga” (Libro)
“Aprende Yoga. Curso completo de Yoga” (Libro + vídeo o DVD)
“Yoga en teoría y práctica” (Libro) (En preparación)
“Yoga en teoría y práctica” (Libro + vídeo o DVD) (En preparación)
“Yoga energético” (Libro) (En preparación)
“Yoga energético” (Libro + vídeo o DVD) (En preparación)*



Para conocer los yogas de la energía o tantrizados, del mismo autor y misma editorial:

“El yoga de la energía: Tantra yoga, Mantra yoga, Kunalini yoga, Shaiva yoga, Kriyas, Meditación y visualización y técnicas tántricas de meditación y visualización”

